IBN SINA

Tentang Kesedihan

Kata Pengantar:
Prof. Amsal Bakhtiar, MA

Penerjemah: M.S. Arifin

Kontributor Tulisan:
M.S Arifin | Syihabul Furqon | Dani Ramdani | Nu'man Fauzi
Dedy Ibmar | Annalia Bahar | Lina Sobariah | Rian Wahyudin
Sulaiman | Fauzan Baihaqi | Ahmad Ali Fikri

Lingkar Studi Filsafat
nahdliyyin

Tentang Kesedihan

Ibn Sīnā

Terjemah
M.S. Arifin

Kontributor Tulisan:
M.S. Arifin | Syihabul Furqon | Dani Ramdani
Dedy Ibmar | Annalia Bahar | Lina Sobariyah
Rian Wahyudin | Sulaiman | Ahmad Ali Fikri
Nu'man Fauzi | Ahmad Fauzan Baihaqi

Karang Panas Gang II RT 03 RW 01
Wringinjajar – Mranggen – Demak

“

Kesedihan ialah kepedihan psikis yang timbul lantaran hilangnya sesuatu yang dicintai dan lenyapnya sesuatu yang diingini. Tiada seorang pun yang terbebas dari jeratan kesedihan itu, pun tak ada seorang pun yang terbebas dari sebab-sebab kesedihan itu.

”

- Ibn Sīnā

PONDOK PESANTREN

Al-Ma'aarij

Jl. Cikondang 90, Dsn. Cikiray, Kp. Cibarengkok RT-1/RW-10
Desa Darmaraja, Kec. Darmaraja, Kabupaten Sumedang
Jawa Barat 45372 – Indonesia

TENTANG KESEDIHAN

Copyright ©2021
Hak Cipta Dilindungi oleh Undang-Undang
All right Reserved

Bandung, Juni 2021
154 halaman
12,5 cm x 20 cm

Penulis: Ibn Sīnā
Penerjemah: M.S. Arifin
Penyunting dan Editor: Dani Ramdani
Design Cover: Abdul Aziz Hakim

Kontributor Tulisan:
M.S. Arifin | Syihabul Furqon | Dani Ramdani
Dedy Ibmar | Annalia Bahar | Lina Sobariyah
Rian Wahyudin | Sulaiman | Ahmad Ali Fikri
Nu'man Fauzi | Ahmad Fauzan Baihaqi

Kata Pengantar: Prof. Amsal Bakhtiar, MA

Penerbit
Yayasan Al-Ma'aarij Darmaraja
Alamat: Gedung Yayasan Al-Ma'aarij, Jln. Cikondang, Sumedang, 45372
Email: amaarij92@gmail.com
Kontak: 085318351291

ISBN 978-623-94932-6-4

KATA PENGANTAR

Prof. Dr. Amsal Bakhtiar, MA
Guru Besar Filsafat Islam
UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

/1/

Ibn Sīnā (980-1037 M) –dalam bahasa Latin dikenal dengan sebutan Avicenna— adalah satu di antara pemikir muslim yang sangat produktif, sehingga buah dari pemikirannya dapat memberikan pengaruh dalam sejarah peradaban manusia di Abad Pertengahan menuju Modern, baik di bidang kedokteran maupun filsafat. Salarno di Italia dan Montpelier di Vermont adalah dua kota yang terpengaruh oleh Ibn Sīnā di bidang kedokteran. Sedangkan Paris di Prancis dan Oxford di Inggris adalah dua kota yang terpengaruh Ibn Sīnā di bidang filsafat.

Dalam bidang kedokteran, kitabnya yang berjudul *Al-Qānūn fī al-Thīb* diterjemahkan ke dalam bahasa Latin dan dijadikan sebagai literatur primer di berbagai universitas ternama di Eropa mulai dari abad XII sampai akhir abad XVII. Sir. William Osler (2004) menyebut kitab tersebut sebagai kitab suci medis (*a medical bible*) yang

sangat berpengaruh sepanjang sejarah dunia medis.

Di bidang filsafat, sebagaimana dikemukakan Fazlur Rahman (1963), Ibn Sīnā merupakan satu di antara filosof Islam terkemuka yang telah berhasil membangun seperangkat sistem filsafat yang komprehensif, sesampai buah pemikirannya dapat mempengaruhi dunia Barat. Satu di antara yang terpengaruh oleh sistem pemikiran filsafat Ibn Sīnā adalah Thomas Aquinas dalam merumuskan dan membangun seperangkat sistem filsafat ketuhanan Katolik di Abad Pertengahan. Terkait keterpengaruhan Aquinas oleh Ibn Sīnā tersebut, Kara Richardson (2008) menulis disertasi berjudul "*The Metaphysics of Agency; Avicenna and his Legacy*" menyebutkan bahwa untuk membangun seperangkat argumentasi tentang keberadaan Tuhan serta relasinya dengan alam semesta, Aquinas tidak dapat lari dari bayang-bayang argumentasi yang sebelumnya telah dibangun oleh Ibn Sīnā.

Di internal Islam sendiri, sistem filsafat yang dibangun Ibn Sīnā merupakan satu madzhab utama yang menjadi batu loncatan atau pintu gerbang atas lahirnya madzhab-madzhab pemikiran Islam lainnya, seperti madzhab filsafat iluminasionisme Suhrawārdī dan madzhab tasawuf falsafi Ibn 'Arabī. Suhrāwardī mengakui

bahwa Ibn Sīnā telah mencapai sumber-sumber kebijaksanaan ishrāqī meski belum pada tahapan yang sempurna. Meski demikian, apa yang telah dirumuskan oleh Ibn Sīnā telah menjadi sumber inspirasi Suhrawārdī dalam merumuskan sistem filsafat ishrāqī-nya. Terkait hal tersebut, Seyyed Hossen Nasr (1969) menulis:

> "*…its olso includes Muslim Paripatetic philosophy, especially that of Avicenna, which Suhrawardi criticized in part but considered as a necessary basis for understanding the doctrines of Ishraq*."

Masih banyak pemikir-pemikir besar ternama yang terpengaruh oleh doktrin-doktrin pemikiran Ibn Sīnā namun tidak dapat disebutkan satu per satu dan terperinci di sini.

/2/

Kebesaran nama Ibn Sīnā sejauh ini selalu dikaitkan dengan dua bidang keilmuan; melalui kitab Al-Qānūn fī al-Thībb ia dikenal sebagai sosok ilmuan di bidang kedokteran, dan melalui kitab al-Syifā ia dikenal sebagai seorang filosof besar terkemuka beraliran paripatetik.

Namun demikian, banyak sekali pemikiran-pemikiran Ibn Sīnā yang syarat dengan nuansa spiritual yang belum secara maksimal dikaji oleh

para sarjana muslim saat ini, khususnya di Indonesia.

Berikut saya sebutkan beberapa judul risalah-risalah pendek yang mengandung muatan pembahasan bernuansa spiritual-sufistik karangan Ibn Sīnā yang sekiranya layak untuk dikaji secara serius dan dikenalkan kepada pembaca dalam negeri, sebagai berikut: 1). Al-Isyārah wa Al-Tanbīhāt; 2). Hayy Ibn Yaqzhān; 3). Mantiq al-Thaīr; 4). Salman wa Absāl; 5). Fī Sir al-Shalāt; 6). Al-Khauf min al-Maūt; 7). Hiss al-Dzikr; 8). Al-Du'ā wa al-Ziyārah; 9). Sirr al-Qadr; 10). Qasīdah al-'Ainiyyah fī al-Nafs 11). Fī Māhiyyah al-'Ishq, 12). Fī Māhiyyah al-Huzn, dan lain sebagainya.

Sejauh ini yang saya tahu, dari beberapa kitab atau risalah yang saya sebutkan di atas, proyeksi penerjemahan ke dalam bahasa Indonesia adalah: *pertama* kitab Al-Isyārah wa Al-Tanbīhāt yang berjumlah empat (4) jilid meliputi logika, fisika, metafisika, dan tasawuf. Adalah Syihabul Furqon – seorang alumnus program studi Aqidah Filsafat UIN Sunan Gunung Djati Bandung dan Pasca Sarjana UIN Bandung, bidang Religious Studies—yang telah menerjemahkan dan menerbitkan dua jilid pertama kitab tersebut. Dan katanya, dua jilid terakhir sedang dalam proses penerjemahan. Dalam pengantar terjemah kitab Al-Isyārah wa

Al-Tanbīhāt jilid I (2020), Syihabul Furqon menulis:

> "Kecenderungan Ibn Sīnā pada sains sakral—atau bahkan mistisisme (tasawuf) muncul dalam salah satu karya besar lain di fase terakhir kehidupannya, yakni dalam Al-Isyārah wa Al-Tanbīhāt (*Remarks and Admonitions*), terutama pada bagian terakhir dari trilogi ini. Shams Inati, seorang pakar peripatetik Ibn Sīnā dalam pengantar edisi Inggris atas kitab Isyarat mengungkapkan bahwa kitab ini memuat gagasan-gagasan matang filsafat Ibn Sīnā … Oleh karena kitab Isyārah memuat gagasan matang filsafat Ibn Sīnā, maka keliru jika menempatkan kitab ini sebagai pengantar. Sebaliknya, ini adalah kitab bagi kalangan elit dan perlu persiapan khusus untuk menembus labirin kalimat-kalimat yang tersaji."

Kedua, risalah berjudul Fī Sir al-Shalāt sudah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dengan judul "Memaknai Shalat Melalui Penghayatan." Risalah tersebut kemudian dimuat dalam satu buku yang utuh oleh Haidar Bagir (2021) dengan judul "Buat Apa Shalat?!; Menggali Makna Batin, Mereguk Ajaran Para Sufi." Haidar Bagir mengutip pernyataan Ibn Sīnā mengenai alasan kenapa risalah tentang shalat ini ditulis:

> "Aku mulai menulis risalah ringkas untuk menjelaskan hakikat dan bagian-bagian shalat ini lantaran aku melihat banyaknya orang mengabaikan sisi-sisi formal-lahiriah shalat dan (juga) tidak merenungi sisi-sisi esoteris-batinnya .... Semua ini agar seorang berakal yang pandai dan terhormat mudah berjalan di garis penghambaan secara terus-menerus dan menyenangi munajat kepada Tuhannya ..."

Ketiga risalah berjudul Al-Du'ā wa al-Ziyārah diterjemahkan oleh Musa Kazhim (2006) dengan judul Rahasia Doa dan Ziarah serta Pengaruhnya terhadap Jiwa. Menurut keterangan, risalah ini ditulis oleh Ibn Sīnā sebagai jawaban atas surat yang ditulis oleh seorang sufi kenamaan Persia, Abu Saīd al-Khairi. Dalam risalah tersebut Ibn Sīnā menulis:

> "Demikianlah, tujuan doa dan ziarah ialah agar jiwa-jiwa yang masih terpancang dalam kerangkeng jasad ini dapat meminta kepada jiwa-jiwa yang dijiarahi untuk memberikan kebaikan atau menolak bahaya dan gangguan. Maka itu, semua kegiatan ini termasuk dalam perbuatn meminta bantuan atau uluran dari arwah yang dituju. Dan karena keserupaan dan kedekatannya dengan jajaran (wujud) akal, jiwa-jiwa yang

> diziarahi itu pasti bisa memberikan pengaruh besar dan bantuan utuh sesuai dengan keadaan para peziarah itu masing-masing."

Keempat risalah berupa puisi indah berjudul Qasīdah al-'Ainiyyah fī al-Nafs. Risalah ini diterjemahkan oleh M. Quraish Shihab (2004) dan dimuat di dalam buku berjudul "Dia di Mana-mana; Tangan Tuhan di Balik Setiap Fenomena." Terkait risalah ini M. Quraish Shihab menulis:

> "…uraian Ibn Sīnā kali ini diungkapkannya dalam bentuk syair-syair yang sangat indah sekaligus sangat populer. Di sana dilukiskannya bahwa ruh pada mulanya hidup di satu alam yang maha tinggi. Ia turun – bukan terpaksa jatuh seperti batu— lalu hinggap pada jasad sesuatu. Ia turun ketika itu bagaikan seekor burung merpati yang terbang tinggi lalu bertengger di satu dahan. Burung merpati adalah sejenis burung yang sangat jinak dan damai dan sangat tulus dalam berkicau atau menangis. Ruh yang jinak itu menangis saat menyadari bahwa ia telah hinggap di satu tempat dan menjauhkannya dari alam tempat tinggalnya semula di alam yang amat tinggi –alam ruh— yang bebas dari ketercampuran bahkan kekotoran alam materi."

Kelima adalah risalah tentang cinta yang berjudul Fī Māhiyyah al-'Ishq. Belum lama ini, M.S. Arifin menerjemahkan risalah tersebut dan diterbitkan

oleh Circa dengan judul "Tentang Cinta." Selain itu, adalah Dani Ramdani –Mahasiswa Pascasarjana UIN Jakarta— mengambil penelitian tesis berjudul "Doktrin Cinta dan Mistisisme Ibn Sīnā." Dua sumber utama yang menjadi rujukan penelitian tersebut adalah Fī Māhiyyah al-'Ishq dan Al-Isyārah wa Al-Tanbīhāt jilid IV. Entah secara kebetulan, saya menjadi dosen pembimbing atas penelitian tersebut.

Di dalam risalah tipis tujuh bab tersebut, Ibn Sīnā ingin menunjukkan kepada kita bahwa sesungguhnya cinta merupakan energi awal yang menjadi sebab atas keberadaan segala sesuatu yang ada di semesta ini. Artinya, segara yang ada –baik itu berjiwa atau tidak— semuanya pasti memiliki energi cinta, tanpa terkecuali. Selain itu, cinta juga menjadi dasar yang menggerakkan segala sesuatu untuk menuju kepada kesempurnaan yang asli, kesempurnaan sejati. Dialah Tuhan yang menciptakan dan mengatur kehidupan alam ini. Dengan kata lain, kata Ibn Sīnā, cinta adalah alasan kenapa kehidupan ini ada. Dan cinta menjadi alasan kenapa segala sesuatu bergerak untuk kembali kepada-Nya.

Dan *keenam,* adalah risalah yang ada di hadapan pembaca sekalian, yaitu Fī Māhiyyah al-Huzn ini. Risalah yang sangat teramat ringkas ini diterjemahkan pula oleh M.S. Arifin, yang

kemudian diberikan semacam komentar dan ulasan oleh para penulis muda dari berbagai disiplin keilmuan, sehingga terwujudlah buku berjudul "Tentang Kesedihan" ini. Naskah berjudul Fī Māhiyyah al-Huzn ini, jika mengacu pada kitab Muallafat Ibn Sīnā, keberadaan manuskripnya tersimpan di beberapa tempat, di antaranya: Perpustakaan Ahmed III – Istanbul nomor 11/1584 dan nomor 69/3447, Perpustakaan Aya Shofia - Istanbul nomor 38/4849 dan nomor 6/4851, Perpustakaan Hamidiyah nomor 1452, Perpustakaan Fatih nomor 5380, Perpustakaan Kairo nomor 200, Perpustakaan Kopru - Istanbul, nomor 38/1589 dan nomor 7/1602, Perpustakaan Nur Utsmaniyah (Nuros) – Istanbul nomor 48/4894, Perpustakaan Veli – Istanbul nomor 3623, dan Perpustakaan Vehbi – Istanbul nomor 3/138.

/3/

Tentunya saya pribadi sangat menghargai dan mengapresiasi semangat dari anak-anak muda yang terlibat dalam penerjemahan dan pembuatan buku ini, terlebih bahwa tema yang diangkat merupakan satu tema yang –katakanlah— sudah tidak banyak diminati oleh para sarjana.

Dalam satu kesempatan bedah buku berjudul "Filsafat Pertama" karya al-Kindī yang diterjemahkan oleh Syihabul Furqon, saya

sampaikan bahwa bukanlah suatu pekerjaan yang mudah untuk dapat menerjemahkan literatur-literatur filsafat Islam. Adapun mereka yang dapat menerjemahkan literatur-literatur filsafat Islam haruslah memenuhi empat syarat utama, yaitu: 1). Memiliki keberanian; 2). Memiliki kemampuan; 3). Memiliki kemauan; dan 4). Memiliki kesempatan. Jika empat hal tersebut dimiliki oleh seseorang, maka tentunya proyeksi penerjemahan literatur-literatur filsafat Islam –termasuk risalah tentang kesedihan ini— dapat terwujud dengan sangat baik dan sempurna.

Terakhir, semoga buku berjudul "Tentang Kesedihan" karya Ibn Sīnā yang ada di hadapan para pembaca sekalian dapat memberikan manfaat dan nilai tambah pengetahuan dalam menyelami dalamnya samudera filsafat Islam.

Selamat membaca!

Ciputat, 21 Mei 2021

DAFTAR ISI

Kata Pengantar
Prof. Dr. Amsal Bakhtiar – 7

Naskah Tentang Kesedihan
Ibn Sīnā – 21

Pesan Ibn Sīnā untuk Insan Milenial yang Sering Galau Tidak Jelas
M.S. Arifin – 29

Demikianlah Tenung bagi Sekalian Alam
Syihabul Hajj – 39

Memilih Bahagia
Dani Ramdani – 53

Fantasi Kesedihan Ibn Sīnā
Dedy Ibmar – 67

Menjadi Sedih Adalah Sebuah Pilihan
Lina Sobariyah – 77

Tentang Kesedihan Sang Guru Bangsa
Rian Wahyudin – 85

Naskah Kesedihan Ibn Sīnā; Naskah Kebijaksanaan Cinta
Sulaiman – 95

Kesedihan dalam Perspektif al-Qur'an
Ahmad Ali Fikri – 105

Jiwa dan Kecenderungannya
Fardiana Fikria Qur'any – 115

Optimis atas Kesedihan
Annalia Bahar – 125

Kesedihan dan Tahapan-tahapannya
Nu'man Fauzi – 135

Puncak Kesedihan
Ahmad Fauzan Baihaqi – 141

Tentang Penulis – 147

Naskah Tentang Kesedihan

في ما هية الحزن لابن سينا

بسم الله الرحمن الرحيم

قال الشيخ الرئيس : الحزن ألم نفساني يعرض لفقد [المحبوبات وفوت المطلوبات] ولا يكاد يعرى عنه أحد من هذه الاسباب، اذ ليس يوجد احد لا يفقد شيئا من محبوباته او ينال جميع مطلوباته، اذ كل محبوبات الانسان في هذا العالم معرضة للزوال والفساد،وليس شيئ منها بثابت.

وكذالك مطلوبته الدنيوية، [فان مطلوبته هي الامور العالميه الزائلية]، واما الامور العقلية الثابتية الدائمة، [فان تلك] لا تفقد، اذ لابد لغاضب عليها [ولا تنا لها الآفات]، ولا ايضا تفوتنا المطلوبات منها، فهي بخلاف الامور الدنيونية الموقوفة على كل احد، التي يمكن تحصينها ولا يؤمن فسادها وزوالها وتبدالها.

ثم انه ينبغي ايضا لمن اراد [ان لا] يعرض له الحزن ان يتصور محبوباته الدنيوية ومطلوباته العاجلية كما هي من الزوال وما جبلت عليه من الفساد، فلا يطلب منها ما ليس في طبعها من الثبات والبقاء والدوام، بل لا يستعظم تبدلها وانتقالها وفوتها عند

طلبه اياها، ويحقق من امرها هذه الحالة فلا يأس على فقد محبوب، ولا يغتم بفوت مطلوب، بل يأخد منها قدر الحاجة اذا وجدها، ويتسل عنها اذا فقدها، ولا يستقبلها بالطلب الحثيث والتمني العظيم اذا ارادها، ولا يشغل الفكر لفقدها، فان ذالك من اخلاق أجلة الملوك، فانهم لا يتلقون مقبلا ولا يشيعون ظاعنا، وضد ذالك من اخلاق [صغار العامة] وذوي الدناءة، فانهم يتلقون كل مقبل ويشيعون كل ظاعن.

وايضا فانه ينبغي له ان يتصور انه ان وجب انيحزن لشيئ فيجب انيحزن دائما، وذالك

انه لا حالة في عيشه وايام حياته الا ويفقد فيها محبوبا ما ويفوته مطلوب ما، فيستشعر انه لا يجب ان يحزن، بل يرضى بكل حال يكون فيه ليسلم من الم الحزن.

[ومن الله التوفق، ولله الحمد، واعلى والمنة، وصلواته على محمد وآله وصحبه]

TENTANG KESEDIHAN

Ibn Sīnā

Dengan menyebut nama Allāh yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang.

Berkata al-Syaikh al-Raīs:

Kesedihan ialah kepedihan psikis yang timbul lantaran hilangnya sesuatu yang dicintai dan lenyapnya sesuatu yang diingini. Tiada seorang pun yang terbebas dari jeratan kesedihan itu, pun tak ada seorang pun yang terbebas dari sebab-sebab kesedihan itu. Pasalnya, tak ada satu orang mana pun yang tidak kehilangan sesuatu dari apa yang ia cintai atau dapat mencapai segala sesuatu yang ia ingini. Segala sesuatu yang dicintai oleh manusia di alam semesta ini pasti bakal lenyap dan rusak. Tak ada sesuatu pun yang dicintai oleh manusia di alam ini yang sifatnya kekal.

Begitu juga keinginan manusia yang bersifat duniawi. Keinginannya tersebut merupakan perkara yang menjadi bagian alam yang tidak kekal ini.

Adapun perkara akali (rasional) nan tetap dan kekal, maka itu tidaklah mungkin lenyap. Karena hal itu mengandaikan subjek yang membencinya, keinginan-keinginan yang tidak bisa tercapai, dan juga kehendak-kehendak yang tidak bisa kita gapai. Perkara-perkara akali, berbeda dari perkara-perkara duniawi yang bergantung kepada tiap orang, merupakan sesuatu yang dapat dijaga dan tidak bisa diyakini rusak, lenyap, maupun berganti.

Lantas bagi orang yang ingin agar tidak didera kesedihan, hendaknya ia membayangkan objek cintanya yang duniawi dan kehendaknya yang sesaat itu sebagai sesuatu yang mestinya hilang dan senantiasa direngkuh oleh kerusakan. Maka jangan berharap kepada sesuatu yang tabiatnya tidak tetap, tidak kekal, dan tidak abadi.

Akan tetapi hendaknya sesuatu yang mudah berganti, berpindah, dan lenyap itu tidak diposisikan sebagai keinginan yang sejati. Apabila hal ini bisa dilakukan, maka seseorang tidak akan kecewa atas hilangnya objek cinta, tidak pula bersedih hati atas lenyapnya objek keinginan.

Sebaliknya, ia akan mengambil sesuatu yang diinginkannya tersebut sekadarnya saja. Ia akan tetap merasa bahagia kendati kehilangan sesuatu itu. Ia tidak melibatkan kehendak yang penuh dan angan-

angan yang agung ketika menginginkannya. Tidak pula ia kepikiran ketika kehilangan sesuatu tersebut.

Hal-hal di atas termasuk pekertinya raja-raja yang agung; mereka tidak sepaneng dan tidak pula fanatik. Kontra terhadap mereka adalah termasuk pekertinya kalangan biasa yang temeh-temeh; mereka inilah orang yang sepaneng dan terlalu fanatik.

Demikian halnya, seseorang hendaknya sadar seraya membayangkan bahwa jika ia mesti meratapi sesatu maka ia selamanya pasti bakal sedih. Kenapa? Karena dalam keseharian dan kehidupannya, tak ada situasi lain kecuali ia kehilangan maupun melewatkan sesuatu yang dicintainya, apa pun itu. Maka semestinya ia tidak bersedih. Semetinya ia menerima semua keadaan yang ia alami supaya ia terhindar dari pedihnya kesedihan.

Dari Allāh-lah pertolongan, dan milik-Nya-lah segala puji, keluhuran serta kekuatan. Shalawat-Nya semoga tercurah kepada Muhammad berserta keluarga dan sahabat-sahabatnya.

———

PESAN IBN SĪNĀ UNTUK INSAN MILENIAL YANG SERING GALAU TIDAK JELAS

M.S. Arifin

"Setelah tercerahkan, Gautama keluar dengan ajaran barunya. Ialah sang Budha, sang penyelamat. Manusia harus diajari soal makna kehidupan dan inti dari kebahagiaan adalah tiadanya keinginan."

/1/

SEBERAPA sering kita membuka media sosial dan entah sengaja atau tidak kemudian menemukan postingan yang terindikasi pamer? Kalau kita tidak punya pendirian, kita akan iri hati, merasa belum bisa seperti orang lain yang punya ini dan itu. Tentu hal ini bukanlah gejala baru. Hanya saja kita hidup di masa tatkala tiap orang bisa pamer dengan mudah dan orang lain bisa melihat kepameran kita dengan mudah pula.

Tentu kata 'pamer' di atas terlalu ceroboh. Kita memang tak tahu isi hati dan niat orang dalam menunjukkan kelebihannya, namun kita tengah berbicara soal efek 'psikis' dari pertunjukan terhadap orang lain. Niat dalam perkara ini adalah satu hal dan

pertunjukan adalah hal lain. Kita berhadapan dengan subjek dan objek yang sama-sama punya intensi, punya tema psikis yang tidak mudah diurai dan dijerat.

Kita adalah insan milenial yang dapat tahu jarum pentul yang jatuh di belahan bumi sana. Segala hal dapat diakses dengan mudah. Mulai dari informasi penting, semi penting, sampai yang tidak penting sama sekali. Kemudahan itu nyatanya bermuka dua. Sadar atau tidak, faktor pendorong kesedihan kita di masa ini lebih banyak dibanding satu atau dua abad yang lalu. Semua itu lahir lantaran 'pertunjukan', dan lebih dari itu semua ialah tabiat purba kita: makhluk yang berkeinginan, makhluk yang punya kehendak.

Kita tentu tahu dosa manusia pertama lahir dari keinginan yang tidak pada tempatnya. Adam terusir dari surga karena didorong oleh keinginan yang terlarang, yang akhirnya terjawantah dalam laku dan tindakan. Asal muasal dosa adalah keinginan atau hasrat. Tetapi untuk apa Tuhan menciptakan manusia dengan piranti hasrat jika hasrat inilah muasal dari segala kesalahan dan dosa? Jawaban klasiknya tentu saja: karena kita adalah makhluk yang berada di antara hewan dan malaikat. Hewan menuruti keinginan dan malaikat menuruti perintah. Kita,

sebagai makhluk tengah-tengah, kadang menuruti keinginan kadang tidak.

/2/

Budha dan Keinginan

Sidharta Gautama bersemedi di bawah pohon Bodhi setelah kabur dari istana megahnya karena mendapati kehidupan di luar istananya ternyata begitu pedih. Ia hidup serba kecukupan, bahkan serba bergelimang kemewahan. Tetapi sejengkal jarak dari tempat di mana ia mengunyah makanan lezatnya, orang-orang di luar sana tersungkur karena menahan lapar. Gautama tidak terlambat menyadari bahwa dunia penuh dengan paradoks. Ia kabur dari istana dengan misi suci untuk membebaskan umat manusia dari belenggu kepedihan hidup. Lantas, apa yang dilakukan Gautama?

Gautama tidak mencuri harta istananya kemudian membagi-bagikannya kepada setiap orang. Ia juga tidak merampok orang kaya seperti Brandal Lokajaya. Ia menyepi, bersemedi di bawah pohon untuk menemukan kedamaian hidup. Barangkali ada cahaya dari langit yang jatuh di depan matanya hingga ia akhirnya tercerahkan oleh satu hal: keinginan dan kehendak adalah penyebab kesedihan dan kepedihan duniawi. Maka jalan satu-satunya untuk terhindar

dari kepedihan dunia adalah dengan cara memangkas keinginan sampai ke akar-akarnya.

Setelah tercerahkan, Gautama keluar dengan ajaran barunya. Ialah sang Budha, sang penyelamat. Manusia harus diajari soal makna kehidupan dan inti dari kebahagiaan adalah tiadanya keinginan.

/3/

Schopenhauer dan Kehendak

Berangkat dari filsafat Immanuel Kant, Arthur Schopenhauer, sang filosof romantik Jerman itu, menggagas arah filsafatnya sendiri yang kendati lahir dari Barat yang tercerahkan oleh ilmu pengetahuan akan tetapi sarat nuansa ajaran ketimuran. Dunia, bagi Schopenhauer, tidak lain adalah representasi (*representation*) dan kehendak (*will*). Dunia –yang tampak di permukaannya— adalah representasi saya, manusia. Demikian ia mengawali kitab suci terkenalnya itu *The World as Will and Representation*. Tidak sulit untuk memahami tesis Schopenhauer ini jika awalnya kita setuju bahwa dunia tidak lain adalah efek psikologis dari pikiran manusia. Dunia adalah segala sesuatu yang tunduk kepada prinsip alasan cukup (*the principle of sufficient reason*). Prinsip ini, mudahnya, ingin berkata bahwa dunia tunduk pada kategori-kategori. Mengenai kategori ini, saya tidak akan lebih jauh

masuk ke sana. Yang ingin saya tunjukkan adalah bahwa bagi Schopenhauer, dunia –yang tersembunyi di lubuknya— ialah kehendak itu sendiri. Inilah jawaban Schopenhauer atas *das Ding an sich*-nya (benda dalam dirinya sendiri) Kant. Bagi Kant *das Ding an sich* tidak dapat diketahui, tetapi bagi Schopenhauer itu adalah kehendak.

Kehendak adalah keniscayaan ontologis dan metafisis dari segala sesuatu, yakni, singkatnya: dunia beserta isinya. Dari materi kasar tak bernyawa sampai makhluk bernyawa dan berakal, semua tak mungin lepas dari yang namanya kehendak. Manusia punya kehendak. Itu keniscayaan yang tak bisa dibantah. Membantah kehendak dalam diri manusia berarti mengamini paradoks-paradoksnya. Mengatakan manusia bisa menjadi makhluk yang tidak punya kehendak sama saja mengafirmasi kehendak itu sendiri, karena kehendak untuk tidak berkehendak adalah kehendak itu sendiri. Jalan untuk menilai kehendak manusia sebagai biang keladi adanya kepedihan bukanlah dengan cara mengelupas kehendak itu dari dirinya, melainkan menyadari hakikat kehendak itu. Jika manusia tidak bisa lepas dari kehendak, maka itulah takdir yang harus diembannnya. Manusia dikutuk untuk menderita akibat kehendak-kehendaknya sendiri.

/3/

Ibn Sīnā dan Kesedihan

Pertanyaan kenapa orang dapat merasakan kepedihan dan kesedihan dijawab oleh Gautama karena ia memiliki kehendak. Pertanyaan tentang hakikat keinginan dijawab oleh Schopenhauer melalui semacam takdir yang harus diafirmasi. Pertanyaan soal bagaimana semestinya keinginan diletakkan bakal dijawab oleh Ibn Sīnā berikut ini.

Ibn Sīnā mengakui bahwa hakikat metafisis manusia tidak mungkin lepas dari kehendak. Masalahnya, bagi Ibn Sīnā, bukanlah hakikat metafisis ini, melainkan objek dari kehendak.

Tiap manusia memiliki objek kehendak, yakni segala sesuatu yang dicintainya. Objek cinta ini, jika mau diklasifikasi, terbagi menjadi dua: (i) bersifat duniawi, dan (ii) bersifat akali. Menyifati dunia, Ibn Sīnā berkata bahwa tidak ada satu pun di dunia ini yang tidak lenyap. Artinya, tidak ada satu pun di alam semesta ini yang abadi. Jika keinginan kita mengobjek dunia yang tidak abadi ini, maka keinginan tersebut akan selamanya berada dalam kekecewaan.

Manusia senantiasa menggantungkan kebahagiaannya kepada apa yang ia cintai, apa yang ia ingini. Ketika objek cintanya lenyap, maka kebahagiaannya ikut lenyap. Itulah hakikat metafisis dari kesedihan dan

kebahagiaan. Ibarat ayunan, jika tali ayunan tertambat pada hal yang rapuh, maka cepat atau lambat ayunan ini akan luruh. Keinginan kita adalah ayunan itu, dan tambatannya adalah dunia yang pasti lenyap.

Maka solusi yang ditawarkan oleh Ibn Sīnā bagi 'kutukan' keinginan manusia bukanlah menghapus keinginan tersebut —sebagaimana Gautama, pun bukan mengafirmasi kutukan itu tanpa *babibu*— sebagaimana Schopenhauer. Lebih dari itu, Ibn Sīnā menawarkan solusi agar manusia menambatkan keinginannya kepada hal-hal yang bersifat akali, karena ia tidak musnah, abadi. Hal-hal yang bersifat akali merupakan inti dari dunia, yakni pengetahuan, *logos*. Dunia bisa musnah, tetapi pengetahuan tidak, spirit abadi sampai kapan pun. Inilah dimensi mistisisme rasional *ala* Ibn Sīnā. Ia mengajak kita untuk menghayati dunia lewat pikiran sehat. Keinginan bukanlah kutukan bagi manusia jika ia menemukan objeknya yang tepat.

/4/

Pesan untuk Insan Milenial

Kesedihan dan keinginan adalah dua hal yang bersifat parenial. Tidak sekarang tidak juga ribuan tahun yang lalu kontennya tetap sama. Di masa ini, kita hanya menghadapi konteks yang berbeda. Informasi

berjubel tiap kita membuka medsos, kebanyakan berisi pertunjukan yang membuat kita galau, sedih, merasa belum mapan. Itu gejala purba dengan surah yang berbeda, bentuknya lebih bervariatif.

Ibn Sīnā menawarkan kepada insan milenial untuk kembali kepada akal sehat. Berpikir adalah jalan utamanya. Bagaimana caranya? Caranya adalah dengan meletakkan kembali pencapaian material orang lain sebagai pencapaian duniawi serta menyadari bahwa tak ada seorang pun yang tidak dijerat keinginan duniawi. Artinya, tiap orang yang pamer duniawi di hadapan kita sama-sama dijerat kesedihan karena apa yang sekarang ada di tangannya adalah sesuatu yang pasti lenyap. Lenyapnya objek cinta duniawi berbanding lurus dengan lenyapnya kebahagiaan.

Apakah dengan begitu kita mesti mengabaikan keinginan duniawi? Tidak, jawab Ibn Sīnā. Kita hanya perlu berlaku sewajarnya. Jangan fanatik dengan dunia, ambil sekadarnya. Dengan demikian paling tidak kesedihan kita berkurang. Syukur-syukur jika kita mau mengimbanginya dengan jenis keinginan yang kedua, yakni keinginan yang objeknya adalah akali. Jika begitu adanya, maka kita termasuk orang-orang kuat yang disinggung oleh Ibn Sīnā di akhir risalah *Tentang Kesedihan* dan disifatinya sebagai:

mereka yang tidak sepaneng, hidupnya selow, dan tidak jatuh dalam kefanatikan buta.

DEMIKIANLAH TENUNG BAGI SEKALIAN ALAM

Syihabul Hajj

Tauriel:"If this is love, I don't want it.
Take it away, please! Why does it hurt so much?"
Thranduil: "Because it was real."

—**The History of Middle Earth**
(Hobbit: The Battle of the Five Armies)

/1/

JIKA kita berpijak pada apa yang dikatakan oleh Syaikh al-Rāis Ibn Sīnā bahwa "kesedihan ialah kepedihan psikis yang timbul lantaran hilangnya sesuatu yang dicintai dan lenyapnya sesuatu yang diingini," maka jelas bahwa kesedihan puncak adalah kesedihan ontologis di mana partikularitas lepas dari poros universumnya. Ini adalah jenis kesedihan di mana bisu bertakhta dan rintih tak pernah berhenti. Saat Ia menitiskan sabda, pena

dan sahifah, dari mana pohon eksistensi bercokol, maka tak ada hari selain kian jauh dari asal-usul.

Semakin jauh eksistensi-eksistensi dari asal-usulnya, maka semakin ia tidak sempurna. Dalam teori emanasi, pancaran akan melemah seiring semakin jauhnya partikel-gelombang dari sumber cahaya. Saat semakin jauh itulah kegelapan – bukan dalam konotasi negatif— sebagai representasi dari kegaiban, bertakhta.[1]

Selain semakin jauh, eksistensi (maujud-maujud) ini juga semakin tidak sempurna. Demikian karena di dalamnya ia sebenarnya tidak lagi merupakan komposit, dalam keadaan singular, melainkan komposit dalam keadaan terfragmentasi. Semakin keberadaannya terfragmentasi, semakin jauhlah ia dari sempurna, sebab di sana selalu mengandaikan ruang kosong.

Dalam fisika tradisional yang dipegang kukuh oleh Ibn Sīnā,[2] tidak ada plenum kosong. Artinya

[1] Ini analog dengan epos Layla-Majnūn. (baca: layla dalam bahasa Indonesia berarti Malam. Tapi dapat dibaca secara analogis sebagai Gelap, di mana gelap menyimpan sesuatu yang Gaib).

[2] Dalam hal ini saya merujuk Ibn Sīnā, *Isyarat dan Perhatian: Fisika* (dalam Kelas Pertama, Bab 31), h. 25. Teks

tidak ada ruang kosong, yang ada adalah kesaling-mengisian materi. Jika kemudian diandaikan ada ruang kosong —yang mana hal ini mustahil, kata Ibn Sīnā— maka akan terjadi suatu keganjilan dalam plenum yang diisi oleh wadag-wadag dalam seluruh levelnya. Lebih tepat untuk mengatakan bahwa plenum diisi oleh materi dengan gerak konstan yang beragam sesuai dengan level wadag dan level daya pada poros samawinya dan tergantung apakah ia memiliki substansi jiwa kategori samawi atau bumi.

Intinya, semua hal mujarad sekaligus jamak pada dimensi manifestasi. Karena terjadi oposisi yang terkesan biner, maka yang satu meniadakan yang lain. Padahal, sesungguhnya yang satu membutuhkan yang lain. Tepat di sinilah perbedaan besar filsafat tradisional dan filsafat Barat abad 20: yang satu berpola integral, yang lain berpola negasi.

Pendekatan ini pulalah yang membedakan Ibn Sīnā —bahkan sampai Seyyed Hossein Nasr di abad 21 ini— dengan para filsuf lain dalam memandang realitas serta strukturnya. Sebab

terjemahan ini sudah dalam fase akhir penyuntingan dan segera akan terbit.

dalam pola negasi misteri telah mati sejak yang *liyan* dinafikan, dan yang lain senantiasa salah. Seakan hidup adalah pola-pola ekstremitas yang runcing.

Sementara dalam pola integral-tradisional, segalanya adalah misteri sejak bahwa segala sesuatu tak pernah benar-benar genap, sejak bahwa segala sesuatu saling membutuhkan satu-sama lain, sejak bahwa segala sesuatu saling merindukan, dan sejak segala sesuatu saling merasa kehilangan satu sama lain dan saling merasakan kesedihan. Inilah tenung bagi sekalian alam: mencekam namun elok. Inilah ini dan demikianlah demikian ini.

/2/

Tapi jika kita kembali pada apa yang hendak dimaksud oleh Ibn Sīnā, rasanya apa yang dimaksud dengan "kesedihan" memang tidak lebih dari "kepedihan psikis." Dalam konteks manusia, hal ini seringkali berpangkal dari "hilangnya sesuatu yang dicintai." Ini bisa terjadi lantaran kasih tak sampai (seringkali begitu), atau kehilangan dalam konteks ditinggal mati.

Di sini tampak bahwa kesedihan erat kaitannya dengan objek yang disukai. Objek yang dihasrati

dan diinginkan. Seakan ada ruang kosong di dalam subjek yang hanya bisa genap oleh objek tersebut. Ada kecenderungan di dalam jiwa manusia untuk menghasrati dan menyenangi sesuatu. Itulah yang disebut sebagai ketundukan pada sesuatu yang lain yang mendorong pada kemelekatan.

Kecenderungan ini merupakan kondisi "psikis" dari jiwa. Jiwa —terutama dalam hal ini jiwa manusia— memiliki kecenderungan pada yang fisik.[3] Sebaliknya demikian pula dengan yang fisik, sebab substansi kejiwaan juga bersemayam di dalamnya. Jiwa dan fisik—sebagaimana Ibn Sīnā gambarkan dalam Isyarat: Fisika —ibarat api dan lentera.[4]

Tentu saja ada perbedaan antara substansi dan aksiden sejauh berhubungan dengan mana lebih awal dan mana yang datang kemudian. Tapi bukan berarti bahwa yang satu mengandaikan kemandirian dari yang lain hanya karena ia lebih awal. Dalam struktur materi kebumian tidak pernah ada yang bersifat mandiri. Segalanya

[3] Ibn Sīnā, *Isyarat dan Perhatian: Fisika* (dalam Kelas Ketiga, Bab 5), h. 52.

[4] Ibn Sīnā, *Isyarat dan Perhatian: Fisika* (dalam Kelas Ketiga, Bab 10), h. 59.

saling bergantung, sejak segalanya dalam level ini adalah aksiden dan tidak ada substansi murni.

Dalam manifestasi, substansi murni adalah absurditas total. Dia baru dapat dipahami saat dilekatkan pada sesuatu. Sebab itulah segala sesuatu di bawah 'arasy manifestasi senantiasa komposit, serba mungkin, dan karenanya pasti bersifat fana. Ibn Sīnā menandaskan bahwa "tak ada sesuatu pun yang dicintai oleh manusia di alam ini yang sifatnya kekal."

Untuk menghindari jebakan-jebakan relativitas material, atau lebih tepatnya paradoks-paradoks materialitas, manusia harus menembus dimensi yang lebih halus dari sekadar yang material. Dimensi yang lebih halus ini menawarkan kestabilan, jika tidak dikatakan sebagai keabadian tertentu.

Ibn Sīnā di sini semacam mengingatkan manusia bahwa jika tidak ingin sakit hati, maka objek yang dicintai harus berada pada level yang lebih stabil. Tapi masalahnya di sini, objek yang lebih tinggi mengandaikan alat epistemologis yang juga berbeda dari sekadar yang material. Atau sekurang-kurangnya kenapa manusia cenderung pada kesedihan material ketimbang yang

immaterial dan lebih tinggi, harus dilacak dari apa yang oleh Ibn Sīnā sebut sebagai pembagian jiwa.

Segala sesuatu memiliki jiwa. Ia bersemayam dan merupakan substansi dalam saban entitas. Tapi jiwa, seiring penurunannya pada level kebumian terpartisi menjadi dua bagian. Pertama, jiwa rasional dengan kapasitas untuk bertindak, kedua jiwa rasional dengan kapasitas untuk mengetahui.

Jiwa yang pertama ini bisa disebut *intelek praktis* yang kedua *intelek teoritis. Intelek praktis* bekerja dalam diri manusia sebagai pemilah nilai (boleh dan tidak boleh, baik dan buruk, dst.). Intelek ini mencapai kesempurnaannya melalui kebiasaan serta pengalaman. Artinya, intelek ini berurusan dengan realitas eksternal di mana tubuh banyak bersinggungan dengan hal-hal lain —termasuk objek lain dalam kategori partikular dari baik seperti indah dan buruk di mana ia dapat melekat pada objek apa pun.

Sementara itu *Intelek teoritis* mengarah pada dunia ilahiah dan dengannya memungkinkan untuk menerima yang dapat dipahami. Di sini mari kita simak paparan Ibn Sīnā dalam Isyarat:

Kekuatan yang mulia dan aktual di antara ini semua adalah yang paling murni yang minyaknya hampir-hampir menyala bahkan tanpa tersentuh api.

Setelah itu, kekuatan dan kesempurnaan terdapat pada jiwa. Mengenai kesempurnaan, itu [diperoleh dengan] jiwa saat pemahaman muncul padanya dalam aktualitas, dengan cara di mana mereka dipandang sebagai yang terepresentasi dalam pikiran. Ini merupakan cahaya di atas cahaya. Sementara kekuatan, itu termasuk padanya untuk mendapatkan pemahaman yang telah diperoleh, yang telah dicapai, seperti yang dilihat kapan pun jiwa kehendaki tanpa memerlukan perolehan (kembali). Ini adalah lenteranya.

Kesempurnaan ini disebut intelek perolehan (*al-ʿaql al-mustafād*), dan kekuatan ini disebut intelek aktual (*al-ʿaql bī al-fiʿl*). Yang membawa habitus menjadi aktualitas sempurna dan juga yang material menjadi

> habitus adalah intelek agen (*al-'aql al-fa'āl*). Ini adalah apinya.[5]

Untuk mengakses realitas yang lebih tinggi dari sekadar realitas fisik, jelas di sini bahwa peran *intelek teoritis* sangat dibutuhkan. Jadi pertama-tama orang harus mengorientasikan kebiasaan (habitus) *intelek praktis*-nya pada kegiatan perenungan mendalam, tidak hanya melekat pada ketubuhan dan materialitas. Dengan cara itulah realitas eksternal mampu ditransendensikan dan dihubungkan dengan arketipe samawinya melalui *intelek teoritis.*

Ini bukan perkerjaan mudah, dan bukan pekerjaan orang yang hanya terbiasa asyik-masyuk memanjakan wadag. Ibn Sīnā memberikan isyarat bahwa manusia akan terus terjebak pada serangkaian sakit hati selama yang diperturutkan manusia adalah yang indrawi dan jasmani.

Sebaliknya, jika yang dihasrati manusia itu pada dasarnya fana seraya diiringi dengan kesadaran atas kefanaan itu, maka ia bisa terbebas dari kesedihan. Sebab dengan cara menyadari

[5] Ibn Sīnā, *Isyarat dan Perhatian: Fisika* (dalam Kelas Ketiga, Bab 10), h. 59

kefanaan segala sesuatu mustinya membuat manusia semakin waspada. Mari kita kembali pada apa yang Ibn Sīnā katakan:

"… bagi orang yang ingin agar tidak didera kesedihan, hendaknya ia membayangkan objek cintanya yang duniawi dan kehendaknya yang sesaat itu sebagai sesuatu yang mestinya hilang dan senantiasa direngkuh oleh kerusakan. Maka janga berharap kepada sesuatu yang tabiatnya tidak tetap, tidak kekal, dan tidak abadi. Akan tetapi hendaknya sesuatu yang mudah berganti, berpindah, dan lenyap itu tidak diposisikan sebagai keinginan yang sejati. Apabila hal ini bisa dilakukan, maka seseorang tidak akan kecewa atas hilangnya objek cinta, tidak pula bersedih hati atas lenyapnya objek keinginan."

Tapi sebenarnya, di sini ada satu hal menarik. Apa yang menyebabkan *intelek praktis* yang berurusan dengan habitus dan sistem nilai tidak bisa mengelakkan manusia pada kesalahan demi kesalahan dalam kasus kasih tak sampai? Atau patah hati lantaran kehilangan objek yang dihasrati?

Boleh jadi, tepat masalah ini jugalah yang oleh *intelek praktis* maupun *intelek teoritis* tak dapat

benar-benar dipetakan dalam diri manusia. Fenomena sakit hati lantaran cinta ditolak, misalnya, tidak pernah masuk ke dalam kategori diskursif mana pun. Seringkali ia hanya bisa dijelaskan melalui penjelasan paling irasional. Sebuah lubang kelinci semesta manusia.

/3/

Dalam kesusastraan dan di sepanjang garis kehidupan peradaban manusia, kesedihan adalah salah satu yang paling menjadi perhatian. Demi mencapai apa yang menjadi tujuan filsafat, yakni kebahagiaan, kesedihan kerap jadi ode dan jadi bahan dasar perenungan dan pergulatan manusia. Kesedihan dipertajam demi melihat berbagai probabilitas kebahagiaan yang muncul darinya. Dengan kesedihan, tragedi kemanusiaan ditulis, entah dengan darah atau sekadar dengan tinta dan sepucuk surat.

Mari kita lihat salah satu adegan dari semesta *Legendarium* J. R. R. Tolkien yang dikembangkan jauh dari *The Hobbit* dan sejumlah faset dari *The History of Middle Earth* yang dipenuhi oleh tragedi dan kesedihan manusia. Adegan yang divisualkan dalam *The Hobbit: The Battle of the Five Armies* di mana Tauriel (Titisan Eldar)

meratapi terbunuhnya Kili (Tisian Dwarf) dan menangis pilu di hadapan Thranduil.

Tangis itu adalah tangis kehilangan. Tapi tak sepenuhnya benar-benar dipahaminya. Sebab baik Tauriel maupun Kili tak pernah saling mengungkapkan perasaan. Jiwa mereka boleh jadi telah bertukar tangkap, tapi garis keturunan mereka bersumber dari dua asal-usul kosmologis yang berbeda. Kili berasal dari perkembangan ras kurcaci (Dwarf) di Arda (kemudian Middle Earth) —keturunan dari katakombe di bawah sub-lunar dan kemumian. Sementara Tauriel adalah titisan bangsa Eldar, bangsa terdahulu, bangsa Cahaya yang datang nun dari gugusan bintang dan lahir dari struktur bangsa-bangsa samawi.

Pertemuan mereka —yang diperantarai tubuh material— mencegah keduanya dari saling mengungkapkan isi hati dan perasaan cinta mereka. Tapi agaknya jiwa mereka demikian akrab. Sebab baik bangsa cahaya maupun bangsa bumi keduanya merupakan manifes-manifes Eru.

Saat Kili terbunuh, Tauriel tak jenak untuk paham betul kecamuk apa yang membuatnya pilu dan hatinya koyak: bolong. Maka, di hadapan Thranduil, dengan ratap pilu dan mata serupa

kaca, ia mencari-cari jawaban dan dijajakinya satu-satu kemungkinan apakah yang bersemayam di dalam dadanya itu:

"If this is love, I don't want it. Take it away, please! Why does it hurt so much?"

Di sana, pada momen itu, dengan mayat Kili terbujur di pangkuan Tauriel, Thranduil juga hanya bisa menjajaki kemungkinan jawaban yang paling tepat:

"Because it was real."

Kisah lain, Beren dan Luthien, yang analog dengan kesedihan yang disinggung Ibn Sīnā, bahkan memungkinkan mereka menuliskan ulang sejarah hidupnya —dalam kehidupan fana, maupun dalam keabadian. Mungkin itulah kenapa istilahnya adalah *soulmate* untuk menunjuk belahan jiwa.

Terlepas dari kecenderungan manusia pada yang material dan kemampuannya melampaui yang material, kasus-kasus seperti Beren dan Luthien tak pernah hilang dari semesta manusia.

Terdengar absurd, memang. Tapi bukankah bahkan dalam kisah Qays (Majnun) dan Layla telah ditunjukkan bahwa materialitas di satu sisi juga adalah gerbang masuk pada relung jiwa. Juga sebaliknya, jiwa membutuhkan materi untuk mengimprintasi jejaknya dalam yang riil.

Jadi, segala macam panjang lebar ini mengarah ke mana? Tentu saja mengarah pada satu hal: tak terlalu ada gunanya distingsi-distingsi dan kategori dalam tulisan ini kecuali demi seolah-olah dan seakan-akan, dan demi merayakan terjemah risalah Ibn Sīnā atas Kesedihan ini.

Bukankah demikianlah juga tenung bagi sekalian manusia? Sebab saat kesedihan datang, pena kering, kecerdasan tumpul, dan kertas menolak disiasati jadi risalah kebahagiaan. Sebaliknya, saat cinta datang, pena terbakar sebab bahasa tak pernah cukup. Benar-benar tak pernah cukup! []

MEMILIH BAHAGIA

Dani Ramdani

Kendati demikian Ia terbenam, tak serupa terbitnya | Ia seakan kilat cemerlang di bentengnya yang tinggi | Lalu redup, menghilang bagai tak pernah berkilau.

-**Ibn Sīnā**

/1/

BOHONG!!! Sekiranya ada manusia yang mengaku bahwa ia tidak pernah dilanda kesedihan dalam fase kehidupannya. Masing-masing dari kita –entah diekspresikan secara nyata atau hanya dipendam di dalam hatinya— pastilah pernah merasakan apa itu yang dinamakan dengan rasa sedih. Bahkan para nabi sekali pun, sekuat apapun keimanan mereka, sekokoh apapun pendirian mereka, kesedihan tetaplah dapat menyelinap masuk ke dalam perasaan mereka. Betapa menderitanya Nabi Ya'qūb yang ditinggal pergi oleh anak kesayangannya ke negeri nan jauh di sana, Nabi Yusūf. Pun dengan Nabi Ibrahīm, ketika perintah

Tuhan turun kepadanya untuk menyembelih putranya, hati dan perasaannya luluh lantah, sesampai ia diyakinkan oleh Isma'il; wahai ayahku, lakukanlah apa yang telah Tuhan perintahkan kepadamu, dan atas kehendak Allāh, engkau akan mendapatiku termasuk dari golongan orang-orang yang sabar.

Kesedihan pun tak jarang dialami oleh Nabi Terakhir, Muhammad. Yang fenomenal adalah ketika ia ditinggal wafat oleh dua orang terdekat yang sangat ia cintai yaitu: pamannya, Abū Thālib, dan Istrinya, Khadījah. Baik Abū Thālib maupun Khadījah, keduanya adalah kunci, perisai, dan podasi kokoh yang selalu mendukung dan melindungi nabi dalam menyebarkan misi dakwah kenabiannya di masa-masa awal. Pada saat itu nabi ditimpa kesedihan yang bertubi-tubi sesampai tahun itu dinamakan dengan sebutan Tahun Kesedihan (*al-'ām al-huzn*).

Muhammad Hasan Haekal melukiskan: "Yang pasti, dua peristiwa itu –yaitu wafatnya Abū Thālib dan Khadījah— meninggalkan luka parah dalam jiwa, orang –yang bagaimanapun kuatnya— akan menusukkan racun putus asa ke dalam hatinya. Ia akan dikuasai perasaan sedih dan duka, akan dirundung kepiluan dan akan membuatnya menjadi lemah." Namun demikian, dikisahkan bahwa sebagai pelipur lara, Allāh memerintahkan malaikat Jibril dan

Mikail untuk mengajak nabi Muhammad melakukan perjalanan malam; dari Masjid al-Harām di Makkah menuju Masjid al-Aqsā di Palestina. Setelahnya, kemudian nabi naik hingga ke Sidratul Muntaha, menjumpai Tuhan. Fenomena tersebut dinamakan dengan sebutan Isrā Mi'rāj.

Kita geser cerita ke dunia fiksi. Jika anda penggemar film serial anime Naruto dan One Piece, tentu anda akan dapati sepenggal kisah bahwa sekuat apapun Naruto –yang di dalam tubuhnya terdapat Kyuubi dan cakra kurama— hatinya porak poranda ketika ditinggal mati oleh gurunya, Jiraiya yang tewas di tangan Enam Pain Kelompok Akatsuki. Sedangkan Si Manusia Karet, Monkey D. Luffy, dirinya tertimpa kesedihan yang sangat teramat berat sampai ia depresi saat ditinggal mati oleh kaka angkatnya, Portgas D. Ace yang tewas mengenaskan di tangan Manusia Magma yaitu Laksamana Armada Sakazuki atau dikenal Admiral Akainu –seorang pemakan buah iblis tipe logia Magu Magu no Mi— dalam peperangan besar antara aliansi bajak laut Shirohige dan Angkatan Laut di Marineford.

Lantas kesedihan macam apa yang pernah dialami oleh Ibn Sīnā dalam sejarah kehidupannya? Sebelum ia melakukan perjalanan panjang nan melelahkan – yaitu mulai dari Bukhara ke Gurganj kemudian ke

Jurjan, kemudian ke Ray, kemudian ke Hamadan dan terakhir ke Ishfahan— Ibn Sīnā sempat merasakah kesedihan yang amat teramat dalam ketika ditinggal wafat ayahnya, Abdullāh. Husayn Fattahi melukiskan kisah pilu itu: "Abū `Alī (nama asli Ibn Sīnā, ed.) tidak mampu menyelamatkan nyawa ayahnya. Saat itu harapannya hanya satu, Allāh mengambil nyawanya dan memberikannya kepada ayahnya. Itupun tidak terpenuhi. Setelah beberapa hari, akhirnya Abdullāh meninggal dunia. Kerumunan orang memadati pemakaman umum Bukhara. Sejak saat itu, Abu Ali tidak betah lagi tinggal di Bukhara. Ia berkeputusan untuk pergi meninggalkan kota itu. Ia merasa tidak ada lagi yang menunggunya di sana. Istana, pergolakan politik, aliran-aliran air, dan semua orang, terasa asing di matanya. Saat melihat ruang kerja ayahnya dari balik jendela, dadanya langsung sesak."

Tak cukup sampai di situ. Abū Sahl, seorang sahabat setia Ibn Sīnā yang menemani perjalanan panjangnya itu harus wafat di tengah gurun pasir yang gersang nan tandus. Jiwanya kembali terguncang. Hatinya hancur bagai terjatuh dari ketinggian. Dalam keadaan penuh kesedihan, kehampaan dan keputus-asaan, Ibn Sīnā terpaksa harus melanjutkan perjalanannya seorang diri, menuju Gurganj. Di batas kekuatan dan harapannya, sesekali ia berdoa "Tuhanku, tolonglah

aku! Tolonglah Hambamu yang tak berdaya ini! Tuhanku, aku tidak kuat lagi berjalan!"

Prihal kesedihan dan kepedihan hidup yang kerap kali dialami Ibn Sīnā di sepanjang perjalanan hidupnya, dalam risalah al-Qadhā wa al-Qadr ia mengungkapkan prihal rahasia-rahasia yang tersembunyi di balik perasaan seorang manusia:

> "Berlalunya waktu menjadi sebab meredanya rasa sakit dan padamnya api kesumat. Rasa sakit menjadi tak terasa dan masa lalu menjadi hilang seolah tidak pernah ada."

Dari beberapa cerita di atas, secara jelas dan terang benderang telah membenarkan pendapat Ibn Sīnā bahwa rasa cinta yang berlebih terhadap sesuatu yang bersifat nisbi dapat menjadi sebab atas hadirnya kesedihan di dalam diri, yaitu ketika sesuatu yang nisbi tersebut hilang –atau bahkan lenyap— dari pandangan dan genggaman. Begitupun atas sesuatu yang kita sangat inginkan, kala sesuatu itu tak sampai kita dapatkan, juga dapat menjadi sebab kesedihan dan penderitaan mendera jiwa kita.

Baik cinta yang berlebih atau hasrat ingin memiliki terhadap suatu objek yang nisbi, tentu merupakan dua sebab lahirnya rasa sedih di dalam jiwa manusia. Yang

dicintai akan pergi, yang diinginkan hanya sebatas harapan. Itulah sebab kesedihan ada.

/2/

Kehidupan sejatinya menawarkan dua pilihan rasa; memilih sedih atau bahagia. Semisal kesedihan, kebahagiaan pun merupakan fenomena rasa yang ada di dalam jiwa. mengutip apa yang dikemukakan Rūmī bahwa segala sesuatu yang dicintai tidak terlepas dari segala sesuatu yang dibenci. Karena yang pertama tanpa adanya yang kedua adalah mustahil adanya. Secara logika, yang dicintai ada karena hilangnya yang dibenci, dan mustahil sesuatu yang dibenci hilang tanpa didahului oleh keberadaannya. Kebahagiaan adalah hilangnya kesedihan, sedang kesedihan tak akan hilang tanpa didahului oleh keberadaannya. Demikian keduanya menjadi satu.

Prihal kebahagiaan, kata Ibn Sīnā, identik dengan term kenikmatan, yaitu suatu kondisi di mana fakultas jiwa merasakan adanya kecocokan dan kesesuaian secara esensial dengan objek-objek tertentu, baik itu objek material, maupun objek rasional.

Ada berapa bentuk kebahagiaan menurut Ibn Sīnā? jawabanya adalah terdapat tiga tingkat kebahagiaan.

Pertama, kebahagiaan inderawi, yaitu kebahagiaan yang berkaitan erat dengan dunia fisik atau jasmani yang mungkin didapat melalui pelantaraan panca indera, semisal kebahagiaan mata saat memandang sesuatu yang indah, kebahagiaan hidung saat mencium aroma yang wangi, kebahagiaan kulit ketika menyentuh objek-objek yang lembut, kebahagiaan lidah ketika dapat merasakan sesuatu yang enak, dan kebahagiaan telinga saat mendengarkan lantunan suara yang merdu.

Kedua, kebahagiaan mental, yaitu kebahagiaan yang dalam tingkatannya satu level di atas kebahagiaan material. Kebahagiaan mental ini, kata Ibn Sīnā, yaitu kebahagiaan yang dapat berupa pencapaian dari hasrat dan keinginan, semisal kebahagiaan saat memenangkan perlombaan cabang olahraga, kebahagiaan ketika menjadi juara kelas, kebahagiaan ketika pekerjaan kita diapresiasi orang, kebahagiaan ketika orang yang sangat dicintai dapat dinikahi, dan lain sebagainya.

Dan ketiga, kebahagiaan intelektual, yaitu puncak dari kebahagiaan itu sendiri. Kebahagiaan intelektual merupakan suatu bentuk kebahagiaan atau kenikmatan yang tidak terdapat sebelumnya di dalam bentuk kenikmatan inderawi dan/atau kenikmatan mental; suatu kenikmatan yang sebelumnya belum

pernah tergambarkan, apalagi terbayangkan. Kebahagiaan intelektual dapat terwujud ketika jiwa manusia dapat menangkap dan memahami objek-objek akal secara sempurna, terlebih objek akal tersebut merupakan puncak dari kesempurnaan dan kebaikan. Itulah bentuk dari kebahagiaan intelektual.

Bagaimana cara agar kita dapat mencapai kebahagiaan intelektual tersebut? "dengan cara menyucikan jiwa," jawab Ibn Sīnā. Penyucian jiwa itu dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu secara teoretis dan praktis. Keduanya harus padu dan sesuai agar dalam prosesnya, jiwa akan segera mendapatkan cahaya pencerahan dan menggapai puncak dari kebahagiaan sejati tersebut. Kesempurnaan ilmu dan amal tersebut merupakan syarat utama agar kita dapat memperoleh kebahagiaan tertinggi nan sejati.

Jiwa yang telah disucikan, akan nampak dalam dirinya tiga sifat, yaitu: pertama, sifat moderat dalam bertindak. Sifat moderat tersebut dinamakan dengan *'iffah*, yaitu suatu sikap pengendalian diri yang terbebas dari dua ekstrem; berlebihan (*ifrāth*) dan berkekurangan (*tafrīth*). Dalam hal ini, Ibn Sīnā hendak menyarankan kepada kita untuk bersikap sewajarnya dalam hal apapun, termasuk dalam mencintai. Saat kita mencintai suatu objek material yang nisbi secara berlebih, maka saat kehilangan,

jiwanya akan terguncang dan kesedihan pun datang. Termasuk dalam hasrat ingin memiliki, maka berharaplah secara wajar, jangan terlalu berlebihan. Karena ketika harapan itu tak berbalas, maka kekecewaan yang akan menjadi balasan. Intinya, dalam mencintai dan berharap, janganlah berlebih, juga jangan sampai kurang. Berikanlah porsi atau takaran yang 'pas' supaya jiwa kita seimbang, baik kala yang dicintai itu hilang atau yang diharap tak kunjung datang.

Kedua, sifat berani (*syajā'ah*), yaitu sifat tengah antara pengecut dan ceroboh dalam bertindak melakukan sesuatu. Kesedihan menjadikan diri kita tak berdaya, cenderung menjadi penakut. Namun dalam kondisi bahagia yang disebabkan sucinya jiwa, maka jalan hidup yang terus berjalan maju ini akan dilalui dengan penuh sikap optimisme dan progressif.

Ketiga, sifat bijaksana (*hikmah*), yaitu suatu tindakan dalam merajut relasi yang baik serta memiliki kepedulian yang tinggi terhadap dimensi kemanusiaan. Kesedihan menjadikan kita tertutup dari dunia luar. Kesedihan kerap kali tak dapat berdamai dengan keramaian. Kesedihan identik dengan kesendirian. Namun di kala jiwa bahagia, ia dapat menjalin relasi sosial dengan baik. Perangainya penuh dengan senyuman. Tegur sapa kerap

dilontarkan kepada sesama. Dan ia menjadi manusia paripurna yang dapat berelasi dengan baik terhadap Tuhannya, juga kepada manusia di sekitarnya.

/3/

Kebahagiaan sejati, kata Ibn Sīnā, hanya dapat dimiliki oleh manusia yang memiliki jiwa yang telah dapat terhubung dengan Tuhannya. Manusia semacam itu oleh Ibn Sīnā dinamakan Sang ʻĀrif. Sang ʻĀrif menjadikan kebahagiaan sejati sebagai pilihan utamanya.

Ibn Sīnā menyebut beberapa sifat utama yang dimiliki oleh Sang ʻĀrif, di antaranya: Sang ʻĀrif murah senyum kepada sesama; Sang ʻĀrif dengan ke-tawadlu-annya menghormati sesama, baik kepada orang kecil maupun orang besar di atasnya; ia adalah sosok yang egaliter; Sang ʻĀrif tidak dialihkan perhatiannya oleh kemarahan ketika menyaksikan kemungkaran, sebagaimana ia tidak ditelanjangi oleh rasa kasih sayang, karena ia diperlihatkan rahasia Allāh di dalam al-Qadar. Jika amar makruf, maka ia menyampaikan secara halus dengan penuh nasihat tidak secara keras dan mempersalahkan, tetapi jika kebaikan menjadi besar maka kadang-kadang ia diserang oleh orang-orang yang bukan ahlinya.

Kemudian, lanjut Ibn Sīnā, Sang ʻĀrif itu berani, bagaimana tidak, Ia sudah terlepas dari rasa takut atas

kematian; Sang ‘Ārif itu pemaaf, bagaimana tidak, jiwanya jauh lebih besar dari manusia lain—yang menyakiti dan melukainya; Sang ‘Ārif itu cenderung mengabaikan para pendengki, betapa tidak, sementara ingatannya disibukkan dengan Yang Maha Benar; dan Sang ‘Ārif itu murah hati, bagaimana tidak, Ia sudah terlepas dari cinta yang paslu.

/4/

Alhasil, baik kesedihan maupun kebahagiaan, keduanya merupakan dua entitas rasa yang bersemayam di dalam jiwa manusia. Kita bisa memilih kesedihan, juga dapat memilih kebahagiaan. Kesedihan tak dapat dilenyapkan, namun dalam kehadirannya tergantung diri kita, apakah kesedihan tersebut dapat dikendalikan atau tidak. Saat kesedihan tak terkendali, maka jiwa kita menjadi tidak stabil dan ia akan selamanya diselimuti oleh kegelapan dan jauh dari fitrahnya sebagai suatu entitas yang suci.

Dalam sebuah puisi berjudul Qasīdah al-’Ainiyyah fī al-Nafs –yang sangat begitu indah nan penuh kedalaman— Ibn Sīnā mengilustrasikan kondisi jiwa yang bersedih-pilu saat ia terpisah dari badan:

> Ia (jiwa itu) turun kepadamu dari tempat yang tinggi | Hai tubuh bernama manusia | Bagaikan merpati jinak tetapi enggan dan menghindar | Terselubung terhadap pelupuk setiap

pemandang | Padahal ia yang membuka wajah tanpa cadar.

Ia tiba kepadamu dengan terpaksa | Dan boleh jadi enggan berpisah, kendati ia penuh keluhan | Engganlah ia dan tidak senang menyatu denganmu | Tetapi begitu menyatu akhirnya terbiasa | Bersanding dengan kebobrokan yang kumuh | Kuduga ia lupa janji-janjinya.

Ketika ia berada di alamnya yang tinggi | Ia menangis bila mengingat janji-janji di alamnya yang luhur | Mencucurkan air mata deras tiada henti | Ia pun terus berkicau menangisi puing-puing yang telah runtuh.

Oleh kisaran angin dari empat penjuru | Itu karena ia terbang | Itu karena ia terhalangi oleh jeratan yang kuat | Dan dibendung oleh sangkar | Sehingga tak lepas ke angkasa luas.

Hingga jika ia telah mendekat jalan menuju asalnya | Mendekat pula saat ia berpisah ke angkasa yang luas | Lalu berangkat berpisah dengan semua yang ditinggal | Ditinggal remeh bersama tanah dan tanpa berpamit.

Ketika itu mendadak dibuka tabir | Dan terlihat apa yang tak terjangkau mata yang disentuh kantuk | Ia pun berkicau di atas puncak yang

amat tinggi | Begitulah ilmu, meninggikan semua yang belum tinggi.

Barangkali ada yang bertanya | Jika memang jiwa gembira dengan kepulangannya | Hai mengapa ia diturunkan dari tempat yang tinggi Menuju ke kedalaman yang sangat rendah dan hina ini.

Ia diturunkan Tuhan untuk suatu hikmah | Yang tidak terjangkau oleh cendikia yang sangat bijak | Tak pelak lagi, turunnya adalah keniscayaan | Agar menjangkau apa yang belum dijangkaunya | Guna meraih semua rahasia | Rahasia kedua alam.

Sobekan bajunya tak perlu dijahit | Masa menghadang perjalanannya | Kendati demikian Ia terbenam, tak serupa terbitnya | Ia seakan kilat cemerlang di bentengnya yang tinggi | Lalu redup, menghilang bagai tak pernah berkilau.

Dari itu, dalam risalah tentang kesedihan, Ibn Sīnā mengingatkan dengan tegas kepada kita bahwa seyogianya jiwa kita jangan terikat kepada sesuatu yang nisbi –meruang dan mewaktu— karena ia akan hilang dan lenyap seketika itu. Sandarkanlah jiwa kita kepada Yang Satu, Yang Kokoh, Yang Sederhana,

Yang Tak Berpermulaan, dan Yang Tak Berkesudahan. Karena dengan cara menyandarkan jiwa kepada entitas seperti itu, kebahagiaan kita akan dirasakan untuk waktu yang sangat panjang dan entah sampai kapan. *Khālidīna fīhā Abadā*.

Lantas, jika kita dapat memilih kebahagiaan, mengapa kesedihan yang kita harus pilih? Ingat, Jangan lupa bahagia! []

FANTASI KESEDIHAN IBN SĪNĀ

Dedy Ibmar

Jika kesedihan bergantung dari objek kehendak, maka keinginan mengobjek sesuatu itu haruslah ditujukan kepada sesuatu yang layak dipersandarkan, absolut benar-benar ada, bukan kepada hal rapuh yang hanya bersifat mumkin.

DEMIKIAN reduksionis saya atas pembacaan filsafat kesedihan Ibn Sīnā. Karenanya secara reduksionis pula saya menyebut bahwa Ibn Sīnā ini, alih-alih non-realis, ia sungguh sangat realis, bahkan realis yang yang cukup radikal.

Seandainya saya berkesempatan berada dalam kolokium filsafat bersama Ibn Sīnā maka dengan sigap saya akan bertanya: "Tunggu dulu Syaikh al-Rā'is!!! Jika seandainya subjek benar-benar mungkin untuk mengarahkan hasratnya kepada hal yang tepat, menjadi mungkinkah ia benar-benar dapat menangkap objek itu? Sederhananya apakah manusia bisa menangkap apalagi mengingini suatu objek, *an sich* pada dirinya?"

Bagi segelintir orang, pertanyaan-pertanyaan ini akan tampak sepele, dan barangkali saya akan mendapat cibiran tentang ini. Namun pertanyaan itu cukup mengganggu bilamana berhadapan dengan filosof yang secara metafisika bicara tentang 'adaan' akan suatu objek.

Bagaimana cara menyikapi dengan serius sesuatu yang sepele, yang seolah tidak serius ini? Sebuah kerangka yang mampu menarik implikasi serius dari problem ini tidak lain adalah psikoanalisis. Psikoanalisis mampu menunjukkan bagaimana keganjilan trivialitas merupakan suatu simtom – gejala akan tegangan psikis, untuk tidak menyebut term peyoratif 'gangguan/kekacauan mental'— yang terstruktur secara tidak sadar. Pada kesempatan ini, saya mencoba menyituasikannya dengan analisis Jecques Lacan.

Lacan selalu memandang objek sebagai objek hasrat dan juga objek penyebab hasrat. Objek penyebab hasrat adalah apa yang dicari subjek hasrat saat menghasrati suatu objek hasrat. Objek hasrat adalah botol. Sebuah pemaknaan botol sebagai wadah air minum merupakan objek penyebab hasrat. Objek penyebab hasrat bukanlah objek dalam-dirinya-sendiri, melainkan objek untuk diri kita. Kehadiran objek inilah yang

justru menjadikan botol sebagai objek hasrat hilang. Botol yang kita mengerti sebagai wadah air minum pada kenyatannya bisa digunakan sebagai alat pemukul, alat musik tiup ataupun sebagai cetakan.

Dalam kaitannya dengan kesedihan, ia bukanlah tanpa objek sebagaimana dibahas sebelumnya, ia justru membutuhkan objek. Dan setiap objek kesedihan adalah objek ganjil. Dimensi keganjilan ini muncul dari mengaburnya batasan antara yang familiar (*heimliche*) dan yang tak familiar (*unheimliche*) Freudian. Sesuatu terjadi pada objek yang kita familiar dengannya, dan seketika menjadi aneh dan tidak familiar. Sesuatu itu tak lain adalah peristiwa yang mana subjek kehilangan makna akan familiaritas sang objek.

Penting di sini untuk mengambil jalan memutar sejenak untuk mengklarifikasi poin terakhir ini, yaitu seputar objek yang konon kehilangan familiaritas maknawinya di mata manusia subjek.

Hal pertama yang penting untuk diklarifikasi yaitu bahwa adalah subjek yang kehilangan makna objek, dan bukan objek itu sendiri. Sedari awal, objek tidaklah memiliki makna; kebermaknaannya adalah sesuatu yang disebabkan oleh subjek. Makna, dengan demikian

berfungsi sebagai jahitan penambal (*suture*) kekosongan makna dari objek. Objek dan maknanya, dengan demikian, tidak pernah memiliki hubungan sampai subjek menyulapkannya. Begitu pula dengan kata "botol" dengan apa pun yang muncul di benak kita saat kata itu diujarkan, keduanya tidak memiliki hubungan primordial, praontologis, atau "yang sudah dari sananya."

Makna, dengan demikian adalah serangkaian penanda yang dijahitkan pada ketiadaan atau kekosongan (makna). Ia tidak lebih dari sesuatu yang mengisi, yang mengganjal (*stand-in* ; *tenant-lieu*), di antara subjek dan ketakbermaknaan objek. Familiaritas adalah fungsi dari makna ini. Maka, apabila makna ini hilang, karena satu dan lain hal, menjadi runtuh pula familiaritas yang menyelubungi objek tersebut di mata sang subjek. Seketika itulah objek familiar menjadi objek ganjil.

Soal objek ganjil, tergambar pada konsep Lacan mengenai "objek-penyebab-hasrat" (OPH: *object cause of desire*). OPH merupakan apa yang selalu dicari subjek hasrat dalam menghasrati objek-objek hasratnya. Jadi, dalam skema hasrat Lacanian, terdapat setidaknya dua bentuk "objek"

hasrat: yang pertama adalah objek hasrat (*object of desire*), dan yang kedua adalah objek penyebab hasrat (*object cause of desire*). OPH adalah apa yang dicari subjek hasrat saat menghasrati suatu objek hasrat.

Misalnya, saat seorang subjek menghasrati aktris paling masyhur abad-21, Maria Ozawa, maka bukan Maria Ozawa itu sendiri (*as such*) yang sebenarnya sedang dihasrati, melainkan sesuatu yang direpresentasikan oleh sang Maria Ozawa, yaitu misalnya, kepuasan seksual. Kepuasan seksual inilah yang menjadi OPH dalam skema hasrat subjek terhadap Maria Ozawa ini. Maria Ozawa hanya menjadi perantara yang mengantarkan subjek hasrat ke OPH yang ditandakan oleh sang Maria Ozawa, yaitu kepuasan seksual. Sekali lagi, bukan Maria Ozawa-nya yang signifikan di sini, melainkan "sesuatu yang ada di dalamnya, lebih dari dia."

Maria Ozawa, akhirnya hanya berperan sebagai 'mediator yang lenyap' (*vanishing mediator*) bagi sesuatu ini yaitu OPH. Sekali lagi, kenyataan bahwa Maria Ozawa merepresentasikan suatu OPH adalah sesuatu yang sifatnya historis-ideologis, namun dari mana dan mengapa OPH

itu bisa ada adalah sepenuhnya problem lain yang nirhistoris-ideologis.

Namun demikian, semisal, saat sang subjek telah "mengonsumsi" objek hasrat Maria Ozawa, dan tiba-tiba sang aktris tersebut menceritakan bahwa sebenarnya ia adalah ‘waria’, misalnya, maka tepat pada saat itulah selubung makna mengenai kepuasan seksual rontok dari sang Maria Ozawa. Maria Ozawa pun seketika berubah menjadi sesuatu yang sebenarnya memang adalah dirinya selama ini, yaitu suatu objek ganjil bagi sang subjek. Maria Ozawa sebagai suatu objek/entitas tidak berubah, hanya saja posisi simbolik/maknawi yang ditempatinya bergeser sehingga pemaknaan terhadapnya menjadi bergeser pula.

Hal ini tidak lantas berarti bahwa kesejatian Maria Ozawa sebagai waria adalah suatu finalitas bagi pemaknaan sang objek ganjil tersebut. Sebaliknya, ia justru hanya menjadi suatu selubung makna baru untuk lagi-lagi menambal jahitan makna yang barusan rusak. Di masa yang akan datang, jahitan makna ini bisa saja rusak lagi.

Jadi jelas di sini, kenyataan objektif bahwa Maria Ozawa sebagai suatu objek ganjil yang mungkin untuk dijahitkan makna sampai tak terhingga

banyaknya sekiranya cukup jelas untuk menunjukkan sang Maria Ozawa sebagai manifestasi keganjilan psikoanalisis.

Maria Ozawa, tentunya adalah objek hasrat yang tidak direkomendasikan Ibn Sīnā. Jika Ibn Sīnā pernah menonton Maria Ozawa, sudah pasti ia akan menyebut "itulah salah satu contoh mengingini objek yang tidak tepat." Dan memang kehadiran Maria Ozawa di sini tidaklah dimaksudkan untuk membedakan mana objek hasrat tepat dan tidak tepat, melainkan contoh bagaimana objek hasrat itu pada dirinya hanyalah medium, dan subjek yang menghasratinya sebenarnya hanya menghasrati representasi objek.

Jika hanya bersifat representasi, kenapa tidak dinegasikan saja objek ganjil itu? Objek ganjil, sekalipun tidak dapat diakses pengetahuan secara langsung, dan memang tidak memiliki hubungan dengan pengetahuan, tetap saja dibutuhkan. Ia dibutuhkan sebagai alibi, semata-mata sebagai objek ke mana makna dijahitkan. Pemaknaan ini berfungsi menjadi medan yang melaluinya objek menjadi memiliki makna dan relasi dengan subjek.

Selubung makna yang menutupi keganjilan objek tersebut memainkan peran sebagai apa yang

disebut Lacan sebagai “fantasi fundamental”, yaitu sesuatu yang menjadi prakondisi bagi kebermaknaan dan keberelasian antara dua hal. Misalnya dalam hal ini, subjek dengan Maria Ozawa sebagai objek hasratnya yang sejatinya adalah objek ganjil. Fantasi fundamental adalah konsep yang dipakai Lacan, pertama kali di Seminar VII, *Le Transfert*, untuk menunjukkan bagaimana suatu subjek menjadi "tersandera—terfiksasi terhadap suatu objek" dan bagaimana objek tersebut mendapatkan nilainya sebagai objek hasrat.

Karena hanya melalui fantasi fundamental saja "hasrat mendapatkan konsistensinya dan dapat terarahkan." Hasrat tak sadar yang notabene adalah subjek yang tanpa objek (*objectless subject*), kini menjadi memiliki objek.

Adalah keterhubungan, seilusif atau sesemu apa pun itu, antara subjek dengan objek hasratnya yang ditopang dan dijaga konsistensinya oleh fantasi fundamental. Tanpa fantasi fundamental ini, maka kedua hal tadi menjadi tidak hanya tak bermakna, melainkan juga menjadi tidak dimungkinkan, bahkan tidak relevan untuk diperbincangkan sama sekali.

Akibatnya, subjek bukan hanya kehilangan objek hasratnya, melainkan juga kehilangan dirinya sendiri di dalam skema hasrat tersebut. Sekiranya menjadi jelas di sini mengenai sentralitas fantasi fundamental dalam dinamika hasrat: pertama-tama, ia menjadikan suatu objek memiliki bobot hasrat untuk dihasrati sang subjek; dan kedua, ia menopang posisi sang subjek, memberi makna tentang apakah sang subjek dalam dinamika hasrat tersebut.

Bisa dikatakan dengan demikian bahwa fantasi fundamental memerankan prakondisi ontologis baik bagi subjek, bagi objek hasratnya, dan bagi kemasuk-akalan peristiwa hasrat yang mempertemukan keduanya tersebut.

Ibn Sīnā memang tidak sedang berusaha menegasikan hasrat sebagaimana Gautama, pun bukan mengafirmasi kutukan itu tanpa babibu—sebagaimana Schopenhauer. Lebih dari itu, Ibn Sīnā menawarkan solusi agar manusia menambatkan keinginannya kepada hal-hal yang bersifat akali, karena ia tidak musnah, abadi.

Tapi sayangnya, sejauh manusia menghasrati suatu objek, objek tersebut sebenarnya tidaklah benar-benar akali, bahkan sama sekali tidak bermakna. Manusialah yang sebenarnya memberi

makna terhadapnya, sebagaimana Ibn Sīnā memberi makna atas hasrat manusia.

Karenanya jika kesedihan berasal dari objek hasrat, sementara objek tersebut hanyalah sekedar medium, maka konsep sedih berarti hanyalah sebuah fantasi. []

MENJADI SEDIH ADALAH SEBUAH PILIHAN

Lina Sobariyah

Begitulah muculnya kesedihan, jeratannya tak bisa membebaskan mangsanya, yakni kita sebagai si empunya kehendak. Karena kita terbiasa lupa, meskipun tahu, bahwa kesemuanya –selain Dia- akan selalu berubah dan pasti hilang.

KIRANYA begitu sulit untuk menulis satu sisi tentang kesedihan, karena ia ibarat dua sisi mata uang, saling bersebelahan. Yakni dengan kebahagiaan. Namun rasa keduanya jauh berbeda, ibarat kehidupan dan kematian, ibarat timur dan selatan, ibarat siang dan malam, serta ibarat-ibarat lainnya yang masih sanggup kita bayangkan.

Jika kita belajar ilmu logika, kita akan menemukan sebuah persepsi bahwa kesedihan hadir sebab ketiadaan bahagia. Begitulah sederhananya. Memang betul, keberadaan keduanya begitu tipis, seperti kita bisa saja pada suatu kondisi sedang merasakan kesedihan,

namun pada persekian detik berikutnya kita bisa juga beralih merasa begitu bahagia.

Namun ada yang perlu digarisbawahi pada keberadaan dua kondisi –kesedihan dan kebahagiaan- ini, bahwa kedua-duanya merupakan sebuah pilihan. Kita dapat memilih menjadi sedih dan kita pun dapat memilih menjadi bahagia.

Perjumpaan terhadap sesuatu yang menjadikan kita bahagia adalah keinginan semua manusia. Namun dalam proses perjumpaannya tersebut tidak melulu akan merasakan bahagia. Selingan-selingan dari bahagia itulah kesedihan itu sendiri. Keduanya ibarat gulungan ombak berlarian menjamah bibir pantai. Saling mengisi dan bergantian.

Anehnya walaupun kedua kondisi tersebut merupakan sebuah pilihan, namun dalam kondisi seperti apapun, seseorang tidak akan pernah mau memilih menjadi sedih. Namun tidak seorang pun yang bisa terbebas dari kesedihan. Dapat diartikan bahwa tubuh dan jiwa kita begitu mudah terjerat rasa kesedihan, kapan dan dimanapun kita berada.

Kita sebagai manusia, sebagai makhluk yang dilahirkan, rusak, hilang, dan bakal mati – fana.

Ketidakkekalan inilah yang menjadikan kesedihan ini hadir. Tabiat manusia dengan mempunyai keinginan ini-itu, harus begini-begitu, serta dengan tingkat kepuasan yang tak terbatas.

Sebenarnya, tak ada masalah jika tabiat tersebut akan menjadikannya terlatih dalam kondisi apapun. Namun akan menjadi masalah jika ia tak siap menerima suatu kondisi yang tak pernah dibayangkan sebelumnya, seperti jatuh, kehilangan, ditinggalkan atau rasa sakit lainnya yang membuat seseorang akan merasa sedih.

Begitulah kesedihan, yang sebenarnya kita buat sendiri. Akhirnya kita akan meratapi sesuatu yang sudah pasti berubah ataupun hilang.

Terlepas dari itu semua, ada yang lepas dari ingatan diri kita, bahwa bersentuhan dengan sesuatu yang berubah ataupun hilang merupakan suatu yang wajar dalam proses kehidupan. Kita waktu kecil mempunyai fisik yang begitu lucu ibarat permen Yupi dan es krim rasa Strawberry, sehingga menjadi pusat perhatian serta terbiasa dengan sanjungan. Lamat-lamat semuanya itu memudar dengan berubahnya fisik kita yang beranjak makin dewasa, perlakuan orang-orang di sekitar pun tidak semenggemaskan dulu,

semuanya berubah mengikuti bagaimana kita berperilaku.

Kita tidak pernah merasa kehilangan bagaimana dulu rambut tipis beraroma sampo bayi atau senyum manis gigi jarang-jarang khas anak-anak menjadikan kita pusat perhatian banyak orang. Kita sudah terbiasa kehilangan dan berganti dengan sesuatu yang baik serta sesuai dengan kebutuhan, bukan keinginan. Walaupun kita selalu menginginkan sanjungan, namun tidak membutuhkannya semacam hadiah kepintaran bak anak bayi menyebut kata 'mama' atau 'papa' dan akhirnya semuanya kegirangan.

Dengan begitu, manusia yang tidak hanya berubah pada fisiknya, namun juga psikis dan segala apapun yang ada pada dirinya pun akan berubah, kemudian kondisi di sekitarnya pun ikut berubah. Yang sebenarnya tinggal kita sikapi sesuai porsinya. Namun itulah yang menjadi masalah, bahwa kita manusia tak akan pernah siap untuk menyikapi ataupun menerima sebuah perubahan ataupun kehilangan tersebut.

Menilik pada judul besar buku ini, tentang kesedihan. Ibn Sīnā mengartikannya sebagai kepedihan psikis yang hadir karena hilangnya sesuatu yang dicintai dan lenyapnya sesuatu yang

diingini. Kiranya kondisi seperti ini adalah sebuah kondisi dimana kita semua pernah mengalami dan merasakannya.

Kita pernah merasakan bagaimana terkagum-kagum terhadap seseorang, seseorang yang pastinya ia juga sebuah objek yang dapat berubah dan tentunya hilang. Kekaguman akan seseorang ini timbul oleh berbagai macam hal, biasanya ia hadir ibarat pangeran atau bidadari yang sebelumnya hanya ada bayangan. Menjelma seseorang yang menaruh beribu perhatian dan kenangan, namun sayup-sayup ia menjelma sesesok asing, akhirnya berubah dan kemudian hilang.

Begitulah muculnya kesedihan, jeratannya tak bisa membebaskan mangsanya, yakni kita sebagai si empunya kehendak. Karena kita terbiasa lupa, meskipun tahu, bahwa kesemuanya –selain Dia- akan selalu berubah dan pasti hilang.

Pesan sang ʻĀrif, dalam bukunya:

> "Maka jangan berharap kepada sesuatu yang tabiatnya tidak tetap, tidak kekal, dan tidak abadi. Akan tetapi hendaknya sesuatu yang mudah berganti, berpindah, dan lenyap itu tidak diposisikan sebagai keinginan yang

> sejati. Apabila hal ini bisa dilakukan, maka seseorang tidak akan kecewa atas hilangnya objek cinta, tidak pula bersedih hati atas lenyapnya objek keinginan." (Ibn Sīnā)

Sepertinya berharap pada sesuatu yang kekal, tetap, dan abadi hanya bisa dilakukan oleh orang-orang yang tinggi ilmunya, tebal imannya, orang-orang yang telah menjalani hidup yang begitu damai atau orang-orang yang telah menjadi pilihan.

Namun Ibn Sīnā rupanya memberikan jalan tengah lain, yakni dengan menjaga dan menggunakan akal yang baik kita dapat terhindar dari kesedihan. Seperti halnya menjadi sedih, menjadi seorang yang bijak adalah sebuah pilihan. Keharusan memilah-milih mana yang baik dan tidak baik, mana kebutuhan dan keinginan, mana yang prioritas dan bukan prioritas, serta sikap bijak yang lain yang patut ditanamkan dalam benak dan pikiran.

Kita selalu menginginkan atas apa yang kita lihat. Kita sekarang ini terperangkap dengan dunia multidimensi, semuanya ada di hadapan dan semuanya menjadi berhak kita miliki. Namun sikap bijak itulah yang menentukan kita terhadap jeratan itu semua. Ketika kita berani mengambil

satu langkah demi sebuah keinginan, maka satu kebutuhan paling penting dengan sendirinya akan tersingkir. Alhasil kita membutuhkan begitu banyak tenaga –perasaan, pikiran dan materi- untuk mewujudkan kebutuhan tersebut.

Namun berbeda halnya ketika haluan kita sudah benar-benar hanya memikirkan kebutuhan yang menjadi prioritas. Maka semua kebaikan yang telah terencana akan mengikuti dan berjalan dengan lancar.

Pasal kesedihan memang tidak akan ada ujungnya. Karena kita sebagai sesuatu yang terus selalu berubah dan akan hilang pasti akan bersentuhan dengan kesedihan. Jika kita sudah tahu bagaimana sebab-sebab kesedihan itu, namun kita tetap memilih menjadi sedih, artinya kita juga harus siap menanganggung begitu banyak kekecewaan.

Karena kesemua kondisi tersebut bagaimana kita sebagai si peramu. Kita mempunyai kendali penuh akan sedih dan bahagia. Kita mengetahui bagaimana konsekuensi dari keduanya. Namun sayangnya, acap kali kita lupa atau pura-pura lupa akan semua akibat. Dan pada akhirnya, kita sendiri akan memilih menjadi pemenang atau yang kalah. Pemenang akan selalu berdamai

dengan dirinya dan menjadikan pelajaran atas apa yang telah diperbuat. Menjadi kalah adalah kita yang akan selalu menyalahkan dan menyerah pada keadaan.

Kiranya, begitulah kesedihan dalam isi kepala saya. []

TENTANG KESEDIHAN SANG GURU BANGSA

Rian Wahyudin

"Tetapi sebaliknya pendapatan-pendapatan itu membuat hidupnya sangat gelisah, menjadikan ia budak dari lingkungan teknologinya dan yang paling celaka lagi dari segala-galanya, memperbuat alat untuk menghancurkan sesama manusia secara besar-besaran. Sesungguhnya ini adalah suatu tragedi yang menyedihkan sekali."

-**Albert Einstein**

/1/

SAAT pertama kali diajak untuk ikut menulis buku "Tentang Kesedihan" ini, saya awalnya ragu, lebih tepatnya saya kurang *pede*. Kekurang-pedean saya setidaknya menyangkut dua hal. *Pertama*, saya masih kurang berpengalaman dalam hal tulis menulis untuk dijadikan buku. Beda hal dengan yang lain. Mereka sudah melanglang buana dalam dunia kepenulisan dan sudah melahirkan beberapa karya yang sangat menarik.

Kedua, mengenai tema yang akan saya tulis. Sebagaimana manusia pada umumnya, tentu saya juga pernah mengalami kehilangan, menyisakan perasaan sedih yang amat mendalam. Namun, pengalaman batin ini nampaknya belum cocok untuk saya jadikan tulisan dalam tema ini. Untuk sementara biarlah kisah sedih saya ini saya pendam, saya telan dalam-dalam bersama kenangan pilu lainnya.

Saya kira tema yang sangat relevan dan cocok untuk saya jadikan tema dalam buku ini ialah tentang sisi lain dari Sang Guru Bangsa, Mohammad Hatta. Di balik karakternya yang kalem, rajin, cerdas dan berani, ternyata Bung Hatta menyimpan kegelisahan dan kesedihan yang menurut saya merupakan kegelisahan dan kesedihan orang-orang dengan maqam *khawas al- khawas.* Kesedihan dan kegelisahan tersebut bukan saat dirinya diasingkan ke Boven Digoel lalu dipindahkan ke Banda Neira.

/2/

Boven Digoel-Banda Neira

Saat diasingkan ke Digoel pada Januari 1935 tak nampak sedikit pun rasa sedih nan getir dari raut wajah Bung Hatta. Ia jalani proses pengasingan itu dengan ikhlas. Pengasingan baginya hanya sekedar dinamika politik Hindia Belanda yang saat itu mereka takut dengan tokoh-tokoh pergerakan angkatan muda seperti dirinya.

Di tanah merah ini, begitu Hatta menyebutnya, dirinya merasa beruntung dan lebih baik dari teman-teman sepengasingan lainnya. Sesampainya di Boven Digoel Bung Hatta sudah disiapkan sebuah rumah dari pemerintah, lengkap dengan perabotan seperti meja tulis dan bangku-bangku. Perabotan ini tentu sangat membantu Bung Hatta dalam menjalankan aktivitasnya yang kebanyakan menggunakan meja tulis dan bangku. Sesuai dengan aktivitas sehari-harinya sesaat sebelum diasingkan. Di rumah ini Bung Hatta tidak tinggal seorang diri. Dia ditemani seorang kawan yang sama-sama diasingkan.

Sementara kawan-kawan lainnya, mereka tak seberuntung Bung Hatta. Setibanya di Boven Digoel, mereka harus membuat rumah sendiri, malah ada yang harus menumpang di rumah orang-orang yang diasingkan lebih dahulu. Menanggapi hal ini bung Hatta berkata:

> "Jika aku bandingkan dengan kawan-kawanku yang semuanya harus membuat rumah sendiri, aku rasa nasibku lebih baik dari mereka. Jika aku perhatikan pula, bahwa kamar tidurku sudah lengkap perabotannya, aku betul-betul merasa bahagia."

Pun saat Bung Hatta harus dipindahkan ke Banda Neira pada Desember 1935. Tak ada rasa sedih,

khawatir dan was-was jika di tempat selanjutnya ini dirinya akan lebih baik atau akan lebih buruk dari Digoel. Bung Hatta selalu dengan santai menjalani semua proses perpolitikan itu.

Malah pada momen ini Bung Hatta menawar Kapten Wirda, orang yang mengurusi perpindahan tempat pengasingan, agar jadwal kepindahannya diundur. Bung Hatta seharusnya dipindahkan pada November 1935. Kapten Wirda pun mengindahkan permintaan tersebut. Mengapa Bung Hatta ingin tinggal sebulan lagi di Digoel? Apa sebabnya?

Buku. Ya, buku adalah alasan si Bung untuk tetap tinggal dan menikmati bumi Cendrawasih ini sebulan lagi. Bung Hatta butuh waktu satu bulan untuk mengumpulkan buku-buku yang dipinjam oleh teman-temannya dan mengepaknya dalam sebuah peti.

> "Tuan dapat diundurkan keberangkatanku dengan kapal putih sesudah itu, yang akan berangkat dalam bulan Desember 1935. Aku harus meminta kembali buku-buku yang kupinjamkan kepada teman-teman dan kemudian mengepak kembali semuanya dalam peti. Kapten Wirda memperkenankan permintaan itu."

Kita mafhum bagaimana tingkat kecintaan si Bung terhadap buku-bukunya itu. Cinta seorang anak

bangsa terhadap keluhuran ilmu pengetahuan dan dari ilmu pengetahuan ini lahirlah sebuah bangsa yang merdeka.

Dari dan dengan buku ini juga Bung Hatta melabuhkan cinta sejatinya kepada Siti Rahmiati. Si Bung dengan gagah mempersunting Mojang Bandung ini dengan mahar berupa buku filsafat yang berjudul "Alam Pikiran Yunani." Mahar paling romantis sepanjang masa.

Dari kisah ini, Bung Hatta sungguh telah menunjukkan kepada kita bahwa cinta sejati itu diperoleh dengan sesuatu yang sejati juga. Lalu, apa sebab yang membuat hati si Bung merasa sedih dan gelisah kalau bukan karena soal pengasingan dan pasangan?

/3/

Dikotomi Ilmu dan Agama

Tepat setahun yang lalu, saya menulis tentang pemikiran keagamaan Bung Hatta dalam media online yang cukup populer. Artikel itu saya beri judul "Kala Hatta Bicara Agama". Saat ini artikel tersebut sudah dilihat sekitar empat ribu lebih, entah dibaca atau tidak, faktanya memang demikian. Untuk penulis sekelas saya yang masih awam, hal tersebut membuat hati saya senang *ndak* ketulungan.

Sekilas, artikel itu menggambarkan bagaimana Hatta yang cenderung dianggap oleh sebagian orang sebagai tokoh nasionalis sekuler ternyata di sisi lain tersimpan pemikiran yang menyingung soal Islam.

Dalam pandangan Bung Hatta, sebagimana dijelaskan dalam artikel tersebut, meski ilmu dan agama orientasi dan tujuannya berlainan, keduanya harus saling terintegrasi, sebab antara ilmu dan agama keduanya sama-sama saling mempengaruhi dan menguatkan.

Intinya, tulisan saya tersebut secara tidak langsung ingin menepis stigma 'sekuler' yang melekat pada Bung Hatta.

Nah, yang tidak disinggung dalam artikel tersebut adalah tentang kesedihan dan kegelisahan Bung Hatta. Bung Hatta merasa sedih dan gelisah jika ilmu dan agama mengalami dikotomi. Bung Hatta khawatir jika satu sama lain berjalan sendiri-sendiri, akan menyebabkan kekacauan yang luar biasa. Kekacauan yang bahkan bisa menghancurkan tatanan peradaban.

Kemajuan ilmu pengetahuan dengan kecanggihan teknologi yang makin bervariasi jika tanpa dikontrol oleh agama dan hati nurani, menurutnya akan menjadi sumber kekacawan (*chaos*). Bung Hatta malah menggambarkan hal ini dengan istilah

'demon' atau setan atau sosok yang sangat jahat dalam mitologi Yunani.

> "Ilmu, terutama ilmu alam dan teknik, telah mencapai tingkat kemajuan yang begitu tinggi sehingga, apabila tidak dikekang oleh agama, ia mudah menjadi demon yang sehebat-hebatnya."

Kesedihan dan kegelisahan Bung Hatta terhadap fenomena ini tidak diutarakan secara langsung oleh dirinya. Bung Hatta meminjam beberapa untaian kata Albert Einstein, yang menurutnya sebagai sang pujangga besar, untuk melukiskan kegelisahannya itu. Untaian kata-kata tersebut berasal dari karya tulis Albert Einstein yang berjudul *Out of My Later Years*.

> "Penyelidikan yang mendalam dan pekerjaan ilmiah yang hebat sudah seringkali menimbulkan akibat yang sedih bagi umat manusia. Menghasilkan pada satu pihak pendapatan-pendapatan yang membebaskan manusia dari kerja badani yang berat. Membuat hidupnya lebih mudah dan lebih kaya."
>
> "Tetapi sebaliknya pendapatan-pendapatan itu membuat hidupnya sangat gelisah, menjadikan ia budak dari lingkungan teknologinya dan yang paling celaka lagi dari

> segala-galanya, memperbuat alat untuk menghancurkan sesama manusia secara besar-besaran. Sesungguhnya ini adalah suatu tragedi yang menyedihkan sekali."

Bung Hatta memang selalu penuh kejutan. Untuk mengungkapkan rasa kesedihan dan kegelisahannya saja, dirinya harus terlebih dahulu meminjam istilah dari Albert Einstein. Sesuatu yang di luar dugaan banyak orang. Hal ini tak lepas dari kegemarannya terhadap membaca buku-buku interdisipliner yang membuat pemikiran dan karya tulisnya menjadi lebih berisi dan berwarna.

Dari untaian kata yang Bung Hatta kutip, kita tahu bahwa kegelisahan Bung Hatta terletak pada sesuatu yang diinginkan atau sesuatu yang menjadi harapannya belum terwujud atau bahkan lenyap, sebagimana telah dijelaskan oleh Ibn Sīnā tentang konsep kesedihan.

Bung Hatta menginginkan bahwa pikiran yang menciptakan ilmu harus dikontrol oleh hati nurani yang timbul dari ajaran agama. Ilmu dan agama menurutnya merupakan satu kesatuan yang utuh, yang dengannya akan menciptakan suatu tatanan peradaban yang damai. Ilmu pengetahuan dengan teknologi yang canggih, menurutnya jangan dijadikan sebab untuk membuat alat-alat perang yang akan membawa kehancuran umat manusia.

Oleh karena itu, peran hati nurani yang timbul dari ajaran agama, menurutnya harus selalu jadi pengontrol bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Tujuan ilmu harus sejalan dengan tujuan agama, yaitu mencapai kesejahteraan umat manusia. Ilmu adalah alat; tujuan ialah kemakmuran jasmani dan rohani. []

NASKAH KESEDIHAN IBN SĪNĀ; NASKAH KEBIJAKSANAAN CINTA

Sulaiman

"*Cinta, sebuah kata yang tak persis pengertiannya, kecuali ketika kita merasakan sakitnya.*"

-**Goenawan Mohammad**

/1/

SUATU kali, Ibn Sīnā, seorang pemikir besar, ahli dalam banyak bidang keilmuan, dan sosok yang dikenal luas dalam peradaban keilmuan dunia Islam, bahkan Eropa, membuat tulisan yang teramat pendek. Pendek sekali. "Tentang Kesedihan."

"Kesedihan ialah kepedihan psikis yang timbul lantaran hilangnya sesuatu yang dicintai dan lenyapnya sesuatu yang diingini," demikian petikan paragraf pembuka naskah itu.

Bila ada sedikit ruang untuk imajinasi, maka terbayang: Ibn Sīnā sedang duduk. Ia memusatkan

dirinya pada sesuatu yang jauh, pengalaman tentang rasa, sesuatu yang hanya bisa diraba lewat kepekaan hati. Sesekali ia menarik nafas.

Bagi sesosok dengan hati yang lagi dirundung kepekaan pada rasa, pada lara, kalimat-kalimat yang dituangkannya dalam "Naskah Kesedihan" itu bisa terasa sekali, mungkin seperti palu godam yang menonjok tepat di titik paling peka, memberi pengertian pada rasa sakit - yang tentu tak semudah itu bisa menerima pengertian.

"Naskah Kesedihan" Ibn Sīnā ini –meskipun ditulis dengan sangat pendek, bahkan seakan ditulis bukan untuk khayalak, tapi kita sebagai khalayak— tetap dapat memetik hal penting di dalamnya: naskah ini mengajak pada kebijaksanaan dalam memenuhi kehendak, ingin, atau rasa cinta.

/2/

Kisah Tragis Cinta

Ada banyak tragedi besar yang disebabkan oleh kehendak atau cinta. Tak jarang, tragedi itu berujung pada kerugian diri atau orang lain. Kita masih ingat kisah fenomenal yang ditulis oleh William Shakespeare. Ia bertutur tentang kisah cinta Romeo dan Juliet dari dua keluarga yang saling bermusuhan. Cinta mereka terbentur oleh

situasi itu, dan demi bukti kesetiaan cinta, mereka berdua mengakhiri hidupnya secara tragis: menenggak racun. Seakan kematian adalah saksi paling jujur tentang kesejatian cinta mereka.

Di belahan dunia Arab, kita juga bisa membaca kisah Laila Majnun karya Syaikh Nizami: kisah seorang Qays - yang lalu dijuluki Majnun. Ia tergila-gila pada Layla, menyerahkan hatinya kepada perempuan yang sesungguhnya juga menaruh cinta kepada Qays. Tetapi keluarga menjadi tembok kukuh yang membuat kisah cinta mereka berakhir memilukan: Qays, jadi pengelana yang tak tentu arah. Banyak kisah-kisah lain yang serupa.

Di Indonesia, hati kita dikoyak-koyak oleh Buya Hamka lewat karya fenomenalnya, Tenggelamnya Kapal Van Der Wijk, dengan hadirnya sosok Zainuddin yang jatuh cinta (sejatuh-jatuhnya) pada sosok perempuan bernama Hayati.

Meskipun kisah-kisah di atas hanyalah sebuah kisah fiktif, tapi itu mencerminkan sekelumit tentang kenyataan hidup di masyarakat (tertentu) tentang penghargaan pada cinta dan kemapanan status sosial. Tanpa bermaksud menyalahkan tokoh-tokoh

tragis itu, tapi dalam ketragisan cinta mereka, ada hal yang bisa kita petik: kebijaksanaan mencintai.

Bisakah Romeo dan Juliet tidak bunuh diri? Bisakah Qays menerima kegagalan cinta pada Layla? Bisakah Zainuddin dan Hayati tak jatuh pada kegilaan cinta?

Segalanya mungkin: mereka bisa saja tak jatuh pada petaka cinta bila saja mereka bisa memahami (bukan sekedar memahami, tapi juga menghayati) kebijaksanaan mencintai. Apa itu kebijaksanaan mencintai?

/3/

Kebijaksanaan Cinta

Persisnya inilah yang bisa kita hayati dari "Naskah Kesedihan" yang ditulis oleh Ibn Sīnā, yakni kebijaksanaan dalam mencintai. Ia memaparkan tentang pentingnya kita menyadari perkara yang kita kehendaki, yang hendak kita cintai, dan miliki.

Ada objek yang 'duniawi' dan 'akali'. Yang pertama, objek-objek tersebut bisa kita rengkuh, kita miliki. Objek yang kedua, tak sepenuhnya bisa kita miliki. Yang pertama, mudah rusak, tidak abadi. Yang kedua, kekal.

Tapi segera Ibn Sīnā memberi 'alarm' yang tegas kepada kita: obyek-obyek 'duniawi' meskipun bisa kamu miliki, ingatlah, semua itu tak abadi. "Segala sesuatu yang dicintai oleh manusia di alam semesta ini pasti bakal lenyap dan rusak," kata Ibn Sīnā.

Kesadaran bahwa semua itu tak abadi menjadi landasan penting bagi kita untuk meletakkan cintanya secara hati-hati, secara proporsional. Mencintai tapi sekaligus menjaga jarak dari mencintai yang berlebihan. Mencintai tapi sekaligus menyadari yang dicintai bisa pergi. Mencintai tapi sekaligus memberi jarak pada cinta yang memabukkan, membutakan, dan memperbudakkan. Budak Cinta (*bucin*) istilah anak zaman now.

Mencintai tapi sekaligus memberi ruang pada kepasrahan dan penerimaan akan apapun yang akan terjadi. Mencintai tapi sekaligus tetap memberi panggung bagi akal sehat mencinta.

Situasi ini memang tak mudah: mencintai selalu berpotensi tergelincir pada kegilaan. Sebab cinta bukan lagi perkara yang mudah dikendalikan oleh pikiran. Cintai diseret perasaan. Sekali seseorang membuka diri memasuki lorong cinta, maka ia

seperti terperosok pada sejenis lorong kebahagiaan yang susah didefinisikan.

Agaknya ungkapan Goenawan Mohammad yang polisemis bisa kita terima di sini: "Cinta, sebuah kata yang tak persis pengertiannya, kecuali ketika kita merasakan sakitnya."

Dalam kearifan mencintai, Juliet bagi Romeo (atau sebaliknya Romeo bagi Juliet) hanyalah sesosok yang tak abadi. Demikian juga Layla bagi Qays (atau Qays bagi Layla). Cinta mereka -satu sama lain- hanyalah perkara duniawi yang diliputi bayang-bayang tragis kehilangan atau kematian. Maka seharusnya Romeo dan Juliet atau Qays dan Layla menyediakan satu ruang di sebelah ruang cinta mereka: yakni ruang untuk menerima pengertian ketakabadian, kehilangan, dan terutama ruang untuk kekecewaan.

Atau kata Ibn Sīnā:

"Lantas bagi orang yang ingin agar tidak didera kesedihan, hendaknya ia membayangkan objek cintanya yang duniawi dan kehendaknya yang sesaat itu sebagai sesuatu yang semestinya hilang dan senantiasa direngkuh oleh kerusakan. Maka jangan berharap kepada sesuatu yang tabiatnya

tidak tetap, tidak kekal, dan tidak abadi. ...hendaknya sesuatu yang mudah berganti, berpindah, dan lenyap itu tidak diposisikan sebagai keinginan sejati".

Dengan siaga lebih awal mengambil sikap bahwa mencintai yang tak abadi tidaklah diposisikan sebagai keinginan sejati, maka apapun gelombang yang datang, yang merusak, memisahkan kita, dan merebut apapun yang kita miliki, semua itu tak akan menghancurkan kita.

Dengan kata-kata yang kekinian: yang patah tumbuh, yang hilang berganti.

/4/

Tragedi Masyarakat Modern

Kebijaksanaan mencintai atau kehendak bisa dibaca dalam spektrum yang lebih luas - lebih dari sekedar berbicara tentang cinta antar sesama manusia. Misalnya, di era modern, yang kita pahami sebagai era berkelimpahan banyak hal, kebijaksanaan cinta dalam "Naskah Kesedihan" Ibn Sīnā dapat menjadi benteng bagi kita untuk tak terombang-ambing dalam banyak kebahagiaan semu yang ditawarkan oleh era ini.

Terutama saat ini, konsumsi itu sudah bukan lagi menjadi kebutuhan melainkan tren. Dalam tren, ada hasrat yang lebih dari sekedar kebutuhan berdasarkan fungsi. Hasrat melangkah lebih jauh dengan menyelipkan dorongan gengsi. Sehingga pakaian kita tak lagi cermin fungsi menutup tubuh, makanan bukan lagi sekedar fungsi mengisi energi tubuh, rumah bukan lagi sekedar fungsi melindungi diri dari terik matahari dan hujan, kendaraan bukan lagi sekedar fungsi pengantar jalan.

Hasrat -dengan menciptakan dorongan gengsi dan sebagainya- telah membuat kita terjebak pada kebahagiaan semu.

Dengan kata lain, masyarakat modern sudah dipenuhi oleh labirin kehendak. Bila tak hati-hati dan tak mengambil jarak dari godaan labirin kehendak ini, maka kita akan terombang-ambing dalam satu keinginan kepada keinginan yang lain, dari satu objek ke objek yang lain. Akibatnya kita tak kan pernah puas dengan semua itu, dan kita dihukum untuk menderita karena banyaknya keinginan.

"Naskah Kesedihan" haruslah dibaca oleh kita semua terutama warga yang tinggal di kota-kota besar dengan gelimang keindahan dan godaan-

godanaan. Naskah ini bisa menjadi "rem" bagi kita yang dipenuhi banyak kehendak dan sekaligus bisa menjadi benteng bagi kita untuk tak mudah jatuh pada kerapuhan diri akibat kehilangan.

Bila kita sudah bisa menjalankan praktik "Kebijaksanaan Cinta," maka kata Ibn Sīnā:

> "... Seseorang tidak akan kecewa atas hilangnya objek cinta, tidak pula bersedih hati atas lenyapnya objek keinginan." []

KESEDIHAN
DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN

Ahmad Ali Fikri

Kesedihan adalah sebuah kondisi yang senantiasa
membersamai kehidupan umat manusia.
Tak satu pun orang dapat menghindarinya.
Namun manusia dapat memilih;
terus larut dalam kesedihan atau bangkit
membangun harapannya kembali.

/1/

SEBAGAIMANA diyakini oleh mayoritas umat Islam, al-Qur'an memuat seluruh prinsip-prinsip kehidupan manusia, termasuk hal-hal yang berkaitan dengan dimensi mental atau psikis manusia. Di antara hal-hal yang tersurat dalam al-Qur'an terkait mental dan psikis manusia adalah rasa sedih, rasa cemas, iri hati, merasa rendah diri, marah, ragu dan sebagainya. Di samping banyak hal- hal lain yang berkaitan tentang kejiwaan seseorang (Daradjat, 1983: 17).

Sedih sebagai keadaan psikis manusia kerap kali dipahami sebagai susah hati, merasa sangat pilu dalam hati, menimbulkan rasa susah, duka, kabar yang menyusahkan hati, cerita yang menimbulkan rasa sedih dan pilu. Sementara dalam bahasa Arab dapat kita jumpai beberapa kata yang merujuk pada sedih, misalnya kata *ha-zi-na* yang berarti sedih dan menjadi antonim dari kata *fa-ri-ha* yang berarti gembira (Shihab, 2007).

Secara lebih spesifik, dalam ilmu psikologi seringkali disebutkan bahwa sedih adalah suatu emosi yang berseberangan dengan rasa senang atau gembira. Sedih akan terjadi di saat seseorang ditinggal pergi orang yang sangat disayanginya, kehilangan sesuatu yang sangat bernilai baginya, tertimpa musibah atau gagal merealisasikan sesuatu yang diinginkannya (Said, 2005).

Sebagaimana dipahami secara umum bahwa kesenangan dan kesedihan adalah dua kutub yang berbeda. Keduanya senantiasa menyertai perjalanan hidup manusia. Nyaris tak pernah dijumpai dalam sejarah kehidupan manusia yang terlepas dari kedua hal tersebut. Bagaimanapun pintarnya seseorang tidak akan bisa menghindarkan diri dari kesedihan. Pasalnya, kesedihan merupakan suatu penyakit paling besar

dan paling berbahaya bagi manusia dan sulit di sembuhkan karena ia bukan penyakit yang menimpa fisik atau organ tubuh manusia, melainkan penyakit yang terletak di dalam hati dan tak kasat mata (al-Manshur, 1997). Sementara yang dapat diindera adalah ekspresi dari kesedihan *an sich* dan bukan kesedihan itu sendiri.

Definisi Ibn Sīnā tentang kesedihan sebagai kondisi mental atau psikis manusia yang disebabkan oleh kehilangan yang dicintai dan lenyapnya sesuatu yang diingini tampaknya definisi universal dan identik dengan apa yang pernah dikemukakan oleh para pemikir Muslim lainnya. Misalnya, al-Kindī (796-873 M) dan Ibn Miskawaih (932-1030 M), keduanya sama-sama menyebutkan bahwa kesedihan adalah gangguan psikis yang terjadi karena kehilangan hal-hal yang dicintai dan diinginkan. Karena itu, objek perasaan sedih adalah kecintaan dan keinginan yang bersifat inderawi—yang semuanya akan dan pasti mengalami kerusakan dan kehancuran (Najati, 1992).

Sementara al-Ghāzālī berpendapat bahwa ketika rasa sedih mendominasi dalam hati manusia, maka ia akan mendorong suatu kehendak dan

keinginan kepada perbutan yang memiliki hubungan dengan masa sekarang, lampau dan akan datang. Misalnya, perbuatan yang berkaitan dengan masa sekarang adalah ketika manusia tersebut meninggalkan dosa yang ia lakukan. Perbuatan yang berkaitan dengan masa yang akan datang adalah ketika dia bertekad untuk meninggalkan dosa yang membuatnya kehilangan sesuatu yang ia cintai. Perbuatan yang berkaitan dengan masa lalu adalah ketika dia memperbaiki apa yang pernah ia lakukan sebelumnya.

Tidak berbeda jauh dengan pendapat di atas, Elizabeth B. Hurlock (1973) juga menyatakan bahwa kesedihan (*grief*), duka-cita (*sorrow*), sedih (*sadness*) dan kesukaran (*distress*) adalah salah satu emosi yang tidak menyenangkan dan kemungkinan besar memiliki akibat yang destruktif baik secara psikis maupun fisik.

Kesedihan muncul berdasarkan sebab yang variatif; karena kehilangan orang yang dicintai, perpisahan dengan pujaan hati, absennya sesorang yang menjadi tumpuan hidupnya atau kegagalan melaksanakan tugas pokok kehidupan serta hilangnya penghargaan dari orang.

Dalam kasus yang lain, kesedihan juga sebagian besar diakibatkan oleh adanya keinginan yang

kuat untuk mendapatkan harta, rakus akan keinginan-keinginan badani, mengeluh karena berpisah dengannya atau gagal mendapatkan semua itu (Suwito, 2004).

/2/

Dalam al-Qur'an, setidaknya ada tiga term yang menyiratkan dan berkaitan dengan kesedihan, yaitu *hazina, asifa* dan *baka.* Menurut Abdul Baqi, kata *hazina* berikut derivasinya disebutkan sebanyak 29 kali dalam al-Qur'an. Secara etimologis kata *hazina* bermakna kasar dan keras, sehingga tanah yang kasar juga kerap disebut *al-hazn*. Karena itu, al-Isfihani berpendapat bahwa kata *al-huzn wa al-hazn,* secara fisik, bisa berarti kekerasan di bumi dan kekerasan dalam jiwa manusia tatkala muncul padanya kesedihan. Antonim dari kata *al-huzn* sendiri adalah *al-farh* yang berarti kegembiraan (al-Ishfihānī, 1992).

Sedangkan kata *asifa* bermakna berduka-cita atau kesedihan yang mendalam. Keadaan orang yang berduka lebih umum dari sedih (*al-huzn*) dan marah (*al-ghadab*). Sedih (*al-huzn*) muncul terhadap sesuatu yang bukan miliknya. Sebaliknya, marah (*al-ghadab*) biasanya muncul terhadap sesuatu yang berada di tangan dan menjadi miliknya. *Al-asif* adalah kondisi sedih

yang disertai marah atau bergejolaknya marah dalam hati dan merasa tersiksa . Sementara *baka* bermakna mengalirnya air mata yang disebabkan oleh kesedihan.

Terdapat beberapa ayat dalam al-Qur'an yang menggambarkan kesedihan yang menimpa seseorang. Misalnya, kesedihan yang ditimbulkan oleh perpisahan seorang ibu dan anaknya.

فَرَدَدْنَاهُ إِلَىٰ أُمِّهِ كَيْ تَقَرَّ عَيْنُهَا وَلَا تَحْزَنَ وَلِتَعْلَمَ أَنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ وَلَٰكِنَّ أَكْثَرَهُمْ لَا يَعْلَمُونَ

> Maka kami kembalikan Musa kepada ibunya, supaya senang hatinya dan tidak berduka cita dan supaya ia mengetahui bahwa janji Allāh itu adalah benar, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahuinya [QS. al-Qashash: 13].

Dalam ayat di atas dijelaskan bahwa ibu Musa bersedih karena terpaksa menghanyutkan anaknya ke sungai Nil. Tindakan ini ia lakukan untuk menyelamatkan anaknya dari pembunuhan yang dilakukan oleh Fir'aun. Sejak itu, ia selalu sedih serta senantiasa berharap agar anaknya selamat. Untuk mengobati kesedihannya, maka

kemudian Allāh mengembalikan Musa kepadanya dengan cara penyusuan sebagaimana dijelaskan dalam QS. Taha: 39-40.

Kesedihan yang menimpa seseorang diekspresikan dalam bentuk dan cara yang variatif, seperti menangis, mengadu dengan mata berkaca-kaca atau tenggelam dalam imajinasi untuk menghibur dirinya. Adapun ekspresi kesedihan dalam bentuk cucuran air mata dapat ditemukan dalam al-Qur'an, yaitu:

وَلَا عَلَى الَّذِينَ إِذَا مَا أَتَوْكَ لِتَحْمِلَهُمْ
قُلْتَ لَا أَجِدُ مَا أَحْمِلُكُمْ عَلَيْهِ تَوَلَّوْا
وَأَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ حَزَنًا أَلَّا يَجِدُوا
مَا يُنْفِقُونَ

> Dan tiada (pula) berdosa atas orang-orang yang apabila mereka datang kepadamu, supaya kamu memberi mereka kendaraan, lalu kamu berkata: "Aku tidak memperoleh kendaraan untuk membawamu." Lalu mereka kembali, sedang mata mereka bercucuran air mata karena kesedihan, lantaran mereka tidak memperoleh apa yang akan mereka nafkahkan [QS. al-Taubah: 92].

Menurut al-Maraghi (2002), orang-orang yang mau ikut berjihad tetapi tidak memiliki sesuatu untuk diinfakkan dan sarana untuk berjihad kembali ke rumah masing-masing dengan bercucuran air mata. Mereka menangis karena merasa sedih tidak dapat berpartisipasi dalam jihad bersama Nabi Muhammad. Sementara Nabi ketika itu juga tidak dapat menyediakan sarana bagi mereka agar bisa ikut berjihad. Senada dengan pendapat tersebut, al-Tusi juga berpendapat bahwa cucuran air mata dalam ayat tersebut merupakan ekspresi dan gambaran kesedihan hati. Sedih merupakan perasaan sakit hati karena tidak dapat mencapai keinginan.

Adapun ekspresi kesedihan dalam bentuk berkata-kata dengan mata berkaca-kaca juga dapat ditemukan dalam al-Qur'an tentang Nabi Ya'qub saat kehilangan putra kesayangannya, Nabi Yusuf.

وَتَوَلَّىٰ عَنْهُمْ وَقَالَ يَا أَسَفَىٰ عَلَىٰ يُوسُفَ
وَابْيَضَّتْ عَيْنَاهُ مِنَ الْحُزْنِ فَهُوَ كَظِيمٌ

> Dan Ya´qub berpaling dari mereka (anak-anaknya) seraya berkata: "Aduhai duka citaku terhadap Yusuf," dan kedua matanya menjadi putih karena kesedihan dan dia

adalah seorang yang menahan amarahnya (terhadap anak-anaknya) [QS. Yusuf: 84]

Dalam ayat di atas dapat dipahami bahwa katika Nabi Ya'qub kehilangan putranya yang bernama Yusuf mengadukan kesedihannya kepada Allāh dengan air mata berlinang. Matanya berubah menjadi putih karena terlalu banyak air mata yang keluar. Saat mengomentari ayat ini, Mahmud Hajazi (2004) menyatakan bahwa kesedihan yang disebabkan oleh kehilangan sesuatu yang dicintai adalah peristiwa alami bagi manusia sepanjang kesedihan itu tidak mengakibatkan munculnya hal-hal destruktif dan tidak diridhai oleh Allāh.

Begitu juga ekspresi kesedihan dalam bentuk dada terasa sesak dapat ditemukan dalam al-Qur'an, misalnya;

وَأَنْذِرْهُمْ يَوْمَ الْآزِفَةِ إِذِ الْقُلُوبُ لَدَى
الْحَنَاجِرِ كَاظِمِينَ ۚ مَا لِلظَّالِمِينَ مِنْ حَمِيمٍ
وَلَا شَفِيعٍ يُطَاعُ

Berilah mereka peringatan dengan hari yang dekat (hari kiamat yaitu) ketika hati (menyesak) sampai di kerongkongan dengan

> menahan kesedihan. Orang-orang yang zalim tidak mempunyai teman setia seorangpun dan tidak (pula) mempunyai seorang pemberi syafa´at yang diterima syafa´atnya [QS. Ghafir: 18]

Ayat ini menjelaskan keadaan manusia saat hari kiamat terjadi. Ketika itu, hati mereka sesak karena menahan kesedihan dan ketakutan. Mereka sibuk sendiri-sendiri dan tidak peduli para orang lain. Ada yang merasakan ketakutan yang dahsyat dan sangat sedih, sehingga dada mereka terasa sesak dan kerongkongan terasa kering akibat menahan ketakutan dan kesedihan tersebut (Mahmud Hajazi, 2004).

Demikianlah uraian tentang kesedihan ini. Sebagai sebuah tema yang cakupannya sangat luas, tentu saja, tulisan ini tidak mencakup uraian tentang kesedihan secara keseluruhan. Kesedihan adalah sebuah kondisi yang senantiasa membersamai kehidupan umat manusia. Tak satu pun orang dapat menghindarinya. Namun manusia dapat memilih; terus larut dalam kesedihan atau bangkit membangun harapannya kembali. []

JIWA DAN KECENDERUNGANNYA

Fardiana Fikria Qur'any

Hasrat pada diri manusia adalah bagian dari fitrahnya manusia.

-**Murtadhā Muthahhārī**

/1/

GALAU? Satu kata yang sangat dikenal oleh kaum milenial. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), galau adalah kata sifat yang memiliki arti beramai-ramai, kacau tidak karuan (pikiran). Tentu, ketika anak milenial bilang "*gue galau nih*" itu memiliki arti pikirannya kacau, bingung. Entah objek galaunya itu soal pasangan, soal ujian, soal keluarga dan masih banyak lagi objek galau yang menjadikan manusia sulit untuk menentukan pilihan dan memutuskan.

Kenapa ya masyarakat milenial mudah sekali galau? Kalau hanya berujung pada meratapi dan sedih, ya itu masih wajar. Tapi kalau sudah sampai pada fase bunuh diri? *Wah* sepertinya melacak

sebab-sebab kegalauan bagi kaum milenial sangat relevan untuk dikaji.

/2/

Tak Kenal, Maka Tak Sayang. Begitulah bunyi peribahasa kita. Jangankan untuk mengenal orang lain, prioritas yang harus kita kenali adalah diri kita sendiri. Dengan mengenal diri kita sendiri, kita jadi akan tahu apa sih hakikat diri kita sebagai manusia? Apakah diri ini seonggok tubuh? Atau manusia punya sesuatu yang unik dalam dirinya. Sesuatu yang tidak bersifat materil, tapi ia bisa dirasakan. Ya, kita menyebutnya sebagai jiwa atau *al-nafs* dalam bahasa Arab.

Mari kita mengenali jiwa kita sendiri. Sehingga kita mengenalnya dan tahu bagaimana cara menyayangi diri kita sendiri. Untuk mencintai sesuatu maka kita harus lebih dahulu memiliki cinta di dalam diri. Mencintai diri sendiri (*self-love* bukan *selfish*) ialah, dengan mengenali siapa diri kita ini. Setelah kita mengenal diri, mencintai diri kita sendiri, dengan otomatis pancaran cinta akan mengenai mereka yang berada di sekitar kita.

So, tugas kita mengenali diri sendiri dulu untuk mengetahui akar dari kegalauan diri kita selama ini. Mari kita mengenal diri kita dengan mengenal

apa itu jiwa kita? Apakah jiwa itu panca indera kita? Apakah jiwa itu pikiran kita?

/3/

Ijinkan Aku Mengenalmu, Wahai Diriku. Sebelum jauh berdialektika tentang diri kita sendiri, maka semestinya kita merasakan secara *hudhūrī* sesuatu yang memang hadir secara sadar. Baru kemudian kita pikirkan, rasionalisasikan konsep tentang Diri yang sebelumnya sudah kita rasakan.

Ketika kita membayangkan Diri yang terbayang bukan hanya memiliki dimensi materil (tubuh) dengan panca inderanya, tetapi ada Diri yang dimensinya non-materil. Hal ini bisa dirasakan langsung oleh diri kita, seperti proses berpikir yang sedang kita lakukan sehari-hari bukanlah aktivitas materil, melainkan aktivitas non-materil. Ketika kita memikirkan gajah pink, tidak ada gajah yang berwarna pink secara materil, fisiknya, maka pikiran itu bukan sesuatu yang materil.

Ya, salah satu dimensi diri manusia adalah jiwa. Mohsen Gharawiyan mendefinisikan jiwa sebagai entitas non material yang dalam aktualisasinya ia membutuhkan sesuatu lainnya yang materil. Pada dasarnya jiwa bersifat non-material, tapi cara kerjanya di alam ini tidak luput dari hal-hal

material. Contohnya, salah satu aktivitas jiwa adalah berpikir. Berpikir tidak begitu saja terjadi tanpa ada objek yang dipikirkan. Objek yang dipikirkan terstimulus sejak awal dari persinggungan alam materi dengan panca indera kita. Setelah itu muncullah konsep tentang sesuatu yang kita indrai tadi. Data. Itu didapatkan dari sebuah proses yang non-material tapi bersinggungan dengan alam yang bersifat materil.

/4/

Kesadaran dan Tingkat Pengetahuan. Berbicara kesadaran tak lain dan tidak bukan, kita sedang bicara tentang pengetahuan dan kali ini yang perlu kita bahas ialah, tentang pengetahuan diri kita sendiri sebagai makhluk yang berjiwa. Setiap individu memiliki kesadaran diri yang berbeda. Kesadaran itu bergantung pada tingkatan pengetahuan manusia itu sendiri. Nah, ada berapa macamkah tingkat pengetahuan kita?

Pertama, pengetahuan empiris. Pengetahuan empiris menjadi salah satu tahapan awal memperoleh pengetahuan, akan tetapi ia bukanlah akhir dan ujung dari pengetahuan. Pengetahuan ini ditunjang dengan alat pengetahuan yang dianugerahi oleh Tuhan untuk

seluruh umat manusia tanpa mengenal perbedaan kelamin, ras, warna kulit dan agama.

Alat pengetahuan empiris atau yang biasa kita sebut dengan panca indera masing-masing memberikan manusia pengetahuannya sendiri. Sehingga Ibn Sīnā mengatakan bahwa apabila manusia kehilangan salah satu saja alat pengetahuannya, berarti ia kehilangan satu pengetahuan.

Pengetahuan ini membawa manusia pada kesadaran empirisnya. Manusia mampu melihat sisi objektif dari segala sesuatu benda atau apapun yang bersifat empiris. Manusia menyadari bahwa dirinya pun ada dimensi materil dan terkena hukum-hukum di alam materil.

Pengetahuan empiris adalah pijakan awal sebuah pengetahuan. Namun manusia tidak hanya terbatas pada pengetahuan ini. Ia memiliki sumber lain dari pengetahuan yaitu, rasio dan pengetahuan yang diperoleh dari sumber tersebut adalah pengetahuan rasional.

Kedua, pengetahuan rasional. Selain pengetahuan empiris di mana alam menjadi sumber pengetahuannya, rasio pun menjadi salah satu sumber sekaligus alat pengetahuan manusia.

Memahami konsep sebab-akibat misalnya. Atau dengan kata lain, sebuah kesimpulan atas kejadian-kejadian di alam ini. Ketika ada spidol jatuh dari tangan, pengetahuan empiris kita itu menghantarkan data empirisnya. Ada spidol jatuh dan ada tangan. Itu hanya murni fenomena. Adapun yang menghubungkan antara kejadian spidol dan tangan adalah konsep sebab-akibat untuk memahami hubungan dua hal tersebut. Kesimpulan bahwa sebab tangan melepaskan spidol mengakibatkan jatuhnya spidol itu adalah kerja rasio kita.

Pengetahuan empiris sebelumnya, ia tidak dapat menjelaskan. Karena tugas menjelaskan adalah aktivitas non material. Kesadaran akan diri dengan dasar pengetahuan rasional menghantarkan manusia pada kesadaran diri yang lebih tinggi lagi.

Ketiga, pengetahuan intuitif. Pengetahuan manusia lainnya ialah, pengetahuan yang didapatkan begitu saja tanpa ada sebuah rasionalisasi sebelumnya. Pengetahuan intuitif bersifat sangat subjektif, sehingga sulit sekali untuk diverifikasi atau mungkin tidak mungkin diverifikasi. Karena pengetahuan ini sifatnya *hudhūr* langsung di dalam diri manusia.

Kesadaran intuitif bukan kesadaran pada – seperti— kuntilanak, jin, dan pocong. Namun, pengetahuan intuitif itu pengetahuan tentang diri kita sendiri secara intuitif.

Tiga kesadaran inilah yang menjadi penting bagi manusia agar tidak hanya terjebak pada empiris saja, tetapi manusia harus melewati pengetahuan empiris untuk bisa masuk pada tingkat kesadaran lainnya.

Kesadaran harus dipahami secara menyeluruh dan utuh sehingga kita paham diri kita dengan seluruh dimensi yang kita miliki. Pemahaman atas kesadaran diri kita ini, meski tidak menjadi niscaya kemudian orang menjadi sadar, setidaknya menghantarkan ia pada satu langkah untuk mengenal dirinya sendiri.

Menurut risalah kesedihan Ibn Sīnā bahwa salah satu faktor yang menyebabkan kesedihan adalah menempatkan objek cinta pada sesuatu yang bersifat tidak abadi atau semu. Sehingga ketika objek cintanya hilang, muncullah di sana kesedihan dan penderitaan.

Oleh karena itu, setidaknya dengan manusia mengenali macam-macam kesadaran di atas, setidaknya ia bisa memahami bahwa tingkatan

kesadaran itu juga akan menentukan tingkat ke-*baper*-an seseorang. Selain itu, dia bisa mengenal manakah dari entitas objek-objek ini yang tidak abadi, akan musnah dan selalu berubah, sehingga ia tidak terjebak dalam kesalahan meletakkan objek cintanya.

/5/

Hasrat; Diri Lain yang Perlu Dikenal. Selain dengan mengenal tingkatan pengetahuan manusia yang menentukan serta membangun kesadaran manusia, ada hasrat yang tak kalah penting terdapat di dalam diri semua manusia di muka bumi ini. Tanpa memandang perbedaan di tiap-tiap diri kita, Tuhan menganugerahi manusia dengan seperangkat hasrat di dalam dirinya. Saya sebut sebagai anugerah, karena pada dasarnya hasrat bersumber dari yang Maha Suci, maka tentu ia juga suci. Misalnya, hasrat makan. Tidak ada yang salah dengan hasrat makan. Justru dengan hasrat inilah manusia terdorong untuk makan. Tanpa hasrat ini, kita tidak punya ketertarikan untuk makan. Hasrat seksual, jika tidak ada hasrat seksual, maka orang tidak akan tertarik untuk menikah apalagi sampai punya anak. Sehingga pada dasarnya, hasrat itu baik dan suci karena ia berasal dari Yang Maha Suci.

Menurut Murtadhā Muthahhārī, hasrat pada diri manusia adalah bagian dari fitrahnya manusia. Fitrah adalah sesuatu yang diberikan begitu saja oleh Tuhan pada manusia. Sehingga, selain Tuhan memberikan alat pengetahuan pada diri manusia, Ia juga memberikan hasrat sebagai alat untuk mencapai kesempurnaan yang hendak dicapainya. Pertanyaannya adalah, bukankah selama ini yang membuat manusia sengsara atau sedih itu adalah hasrat?

Hasrat yang tidak terkelola dengan baik, akan melahirkan keburukan dan masalah baru. Kata kuncinya adalah pengelolaan. Akal adalah alat yang mampu mengelola hasrat. Misalnya, hasrat seksual perlu dikelola dengan baik. Pengelolaannya ialah, mengembalikan hasrat tersebut pada fitrah lainnya yaitu, berpasangan dan Islam memberikan jalan hasrat itu dengan pernikahan. Hasrat seksual itu tidak boleh dikebiri karena pada dasarnya baik, maka harus dikelola dengan baik, diberikan jalan yang sesuai dengan fitrahnya. Bukan malah dikebiri sehingga menghasilkan masalah-masalah baru, bahkan muncul penyimpangan baru yang keluar dari fitrahnya.

/6/

Kesimpulan. Dengan tulisan saya ini, saya ingin menyimpulkan bahwa apa yang disampaikan Ibn Sīnā tentang apa yang mendasari manusia menjadi sedih dan galau itu karena kurang optimalnya penggunaan akal dan salah meletakkan objek cinta adalah hal yang benar dan dikuatkan dengan pembahasan di atas bahwa kurangnya penggunaan akal dalam mengelola hasrat diri kita akan menghantarkan kita pada penderitaan baru yang berujung pada kesedihan.

Selain itu, cinta berawal dari pengetahuan tentang objek cintanya dan mengenal pengetahuan objek cinta dengan baik, akan membawa kita pada satu kesadaran eksistensial diri kita untuk menentukan manakah yang tepat menjadi objek cinta. []

OPTIMIS ATAS KESEDIHAN

Annalia Bahar

"*Ketika kita bercumbu dengan kebahagiaan di ruang tamu, kesedihan menunggu di tempat tidur.*"

-**Kahlil Gibran**

/1/

BEREBUT kebahagian, lari dari kesedihan, itulah ciri umum jiwa manusia. Sedih dan bahagia dipergilirkan. Bisa jadi hari ini bahagia, esok hadir duka. Begitu pun sebaliknya. Sekarang berduka, esok hari bisa jadi bahagia. Sesungguhnya Tuhan tidak menghadirkan kebahagiaan dan kesedihan, melainkan sebagai pengingat bahwa manusia tidak akan luput dari rangkaian perjalanan kehidupan dan mendapati kesedihan sebagai hal mutlak.

Kira-kira begitulah seorang Ibn Sīnā ingin berbincang dengan kita tentang kesedihan.

Kesedihan yang tak satu orang pun bisa luput darinya. Lalu mengapa kita mendapati diri yang selalu ingin bahagia, bahagia dan bahagia. Hingga datang satu masa di mana kesedihan menghampiri dan tak jarang pikiran manusia langsung menganggap itu sebagai kesalahan. Bahkan yang lebih ekstrim lagi, menganggap kesedihan sebagai hukuman. Padahal di balik keindahan kepahaman sejati yang dalam, sebenarnya kesedihan serupa seorang ibu yang membimbing (*nurturing mother*) jiwa agar kembali pulang.

> "Dan Kami coba mereka dengan kebaikan-kebaikan (kebahagiaan) dan dengan kejelekan-kejelekan (kesedihan), agar mereka kembali."
> -QS. Al-A'rāf: 168

/2/

Di dunia sastra, ada teladan indah yang menempatkan kesedihan sebagai sebuah optimisme. Dia menyelami kesedihan dan menjadikannya begitu bermakna. Seolah menjadi sahabat, tidak saja menguak kebahagian, kesedihan malah menjadi sebuah kerinduan. Kita semua pasti akrab dengannya. Ya, Kahlil Gibran. Salah satu orang yang menyelam dalam sekaligus indah di danau kesedihan.

Belajar darinya, bila manusia biasa lari menjauh atau mengalami luka jiwa menganga tatkala cintanya ditolak, atau meraung menangis saat mendapati kekasihnya bersama orang lain, penulis buku Sang Nabi ini menyelami selapis demi selapis indahnya danau kesedihan. Ia sapa setiap tetesan air mata. Ia dekap setiap rasa sakit. Ia perciki optimisme setiap luka jiwa. Hasilnya sangat mengagumkan, sebuah karya indah yang dikagumi dunia.

Salah satu kontemplasinya tertulis begini - cinta tumbuh bukan karena menemukan orang yang sempurna, melainkan kemampuan menerima kelemahan-kelemahan orang itu secara sempurna. Di bait lain dia berpesan – Ketika kita bercumbu dengan kebahagiaan di ruang tamu, kesedihan menunggu di tempat tidur.

Dari sini, semoga terbit cakrawala pemahaman yang benderang, menghadirkan secercah pengertian jernih akan optimisme atas kesedihan. Dan pada akhirnya sampai pada muara keterbukaan melihat kesedihan bukan saja sebagai kutukan tetapi proses hidup yang harus diterima dan didudukan sejajar dengan kebahagiaan.

Seorang sahabat pernah bertanya, dia adalah adalah Sa'ad bin Abī Waqqash r.a, beginilah pertanyaanya: Wahai Rasulullah, siapakah manusia yang paling berat ujiannya? Maka Rasul bersabda, "(Orang yang paling berat ujiannya adalah) para nabi, kemudian yang semisalnya dan yang semisalnya, diuji seseorang sesuai dengan kadar agamanya, kalau kuat agamanya maka semakin keras ujiannya, kalau lemah agamanya maka diuji sesuai dengan kadar agamanya. Maka senantiasa seorang hamba diuji oleh Allah sehingga dia dibiarkan berjalan di atas permukaan bumi tanpa memiliki dosa." (Riwayat Ibn Majah)

Pernyataan lain dari seorang Leonardo da Vinci begini – "Kesedihan dan kebahagiaan adalah sepasang pelangi kehidupan sebagaimana layaknya aturan-Nya, bahwa segala segi kehidupan kita itu berpasang-pasangan. Ada siang ada malam. Ada dingin ada panas. Dan beratnya adalah, Air mata itu muncul dari hati, bukan dari pikiran".

Dalam kalimat lain, kesedihan adalah suatu hal yang berada di luar kendali kita. Karena hati adalah suatu '*God Spot*', titik hubungan kita dengan-Nya, yang sepenuhnya dalam kuasa-Nya.

Bayangkan, "Tak ada hal yang membuat lebih stres ketimbang telah memiliki segala hal dalam hidup tapi masih saja bersedih hati." Dan itu dialami oleh banyak orang.

Semisal orang yang hampir sempurna seperti David Beckham, mantan pesepakbola yang kaya, terkenal, tampan, memiliki isteri cantik, mustinya tak pernah merasakan kesedihan. Tapi, yakinlah, sesekali atau bahkan seringkali mereka pun bersedih hati.

Jelas, rangkaian ungkapan di atas memahamkan kita bahwa kesedihan bukanlah hukuman. Kesedihan bukanlah racun perjalanan. Kesedihan tidaklah diniatkan untuk melukai jiwa. Kesedihan adalah fitrah yang harus diterima dan nikmati. Karena sakit, sedih, sengsara adalah nilai yang posisinya sama dengan bahagia tergantung bagaimana seseorang menempatkannya.

/3/

Sedih, ketika kita lihat dengan kaca-mata sufistik adalah sebuah keharusan, bahkan para sufi yang kelamaan dalam kebahagiaan mereka malah meminta untuk diberikan kesedihan. Karena mereka menganggap berlama-lama dalam

kebahagiaan, tanpa tangisan dan ratapan membuat mereka lalai pada Sang Pencipta.

Oleh sebab itu mereka selalu mengharap dekat dengan Sang Pencipta dengan kesedihan. Akan tetapi, ada juga yang memanfaatkan kebahagiaan dan kemudahan itu laksana kendaraan. Gambarannya adalah mereka memiliki harta tapi tidak mereka genggam, atau mungkin mereka memiliki kebahagiaan dengan harta akan tetapi hanya sebagai kendaraan mereka menggapai ridha Sang Pencipta. Dengan kata lain, mereka diberi kebahagian dan kesedihan akan tetapi, mereka tidak pernah merasa memiliki keduanya.

Lalu bagaimana dengan kita, manusia biasa yang tak serupa dengan nabi, sufi dan kemuliaan lainnya? Akankah kita bisa melihat kesedihan sebagai optimisme?

Ibn Sīnā kembali berucap:

> "Lantas bagi orang yang ingin agar tidak didera kesedihan, hendaknya ia membayangkan objek cintanya yang duniawi dan kehendaknya yang sesaat itu sebagai sesuatu yang mestinya hilang dan senantiasa direngkuh oleh kerusakan. Maka jangan berharap kepada sesuatu yang tabiatnya

> tidak tetap, tidak kekal, dan tidak abadi. Akan tetapi hendaknya sesuatu yang mudah berganti, berpindah, dan lenyap itu tidak diposisikan sebagai keinginan yang sejati."

Ibn Sīnā ingin memahamkan bahwa layaknya sebagai manusia kita tahu siapa diri kita dan tahu bahwa apa saja yang ada di alam itu tidak kekal, dengan demikian manusia tak akan lagi mendambakan segala sesuatu secara berlebihan hingga hidup dalam ratapan kesedihan jika salah satu yang didambakannya lenyap.

Kita harus menyadari bahwa dunia materi tidaklah abadi, ia dapat hilang dengan tiba-tiba walaupun kita menjaga dengan hati-hati. Dengan demikian jika manusia sudah tidak dikuasai oleh sifat kepemilikan abadi, maka kesedihan menghampirinya tak akan memusnahkan kemanusiaannya sebagai makhluk mulia. Bahkan mengarahkan kita pada upaya menuju tujuan-tujuan suci dan hanya mencari kebaikan-kebaikan kekal saja.

Refleksi lain datang dari Al-Kindī, seorang filosof awal Muslim, mengungkapkan tentang makna kesedihan yang menimpa pada kebanyakan manusia. Menurutnya, kesedihan yang

ditimbulkan oleh manusia dan ditimpakan pada dirinya bukanlah sesuatu yang alami.

Kata al-Kindī begini, "Orang yang bersedih hati karena kehilangan miliknya atau gagal memperoleh sesuatu yang dicarinya, kemudian merenungkan kesedihannya secara filosofis lalu dia mengerti bahwa penyebab kesedihannya itu bukanlah keharusan, lalu dia saksikan banyak orang yang tidak memiliki harta itu tapi mereka tidak merasakan sedih, bahkan gembira dan bahagia, maka dia tak akan luput dari pemahaman bahwa kesedihan bukanlah hal yang niscaya dan tidak alami."

Ini berarti kesedihan merupakan sikap mental kita menghadapi kondisi lingkungan. Banyak orang yang dirundung kemiskinan tapi hatinya bahagia, sedangkan orang kaya hatinya belum tentu bahagia. Karena kekayaan materi belum tentu membahagiakan ruhani.

Sebagai makhluk yang memiliki akal, mari melihat kesedihan sebagai sebuah kewajaran. Menempatkan kesedihan sebagai dinamika hidup. Jikalau kesedihan datang bertandang, cobalah lebih tenang menyapanya, amati sebab-sebab yang melatarbelakanginya, mulailah berfikir musibah tertentu tidak hanya menimpa diri kita

saja dan bahwa akhir dari musibahnya adalah kebahagiaan.

/4/
Sebagai penutup, setiap orang pasti pernah mengalami kesedihan pada saat tertentu dalam kehidupannya. Tidak seperti kebahagiaan, kesedihan tak pernah diharapkan bahkan diminta kedatangannya.

Maka kita sepakati, bukan hal yang tercela bila seseorang merasa sedih. Itu adalah fitrah, bagian dari kehidupan. Tak ada salahnya bila memang sewajarnya. Bahkan manusia pilihan seperti nabi pun pernah bersedih. Namun segeralah bangkit dan kembali berjuang tanpa memanjangkan kesedihan.

Catat, kesedihan bisa menjadi tercela saat seseorang larut dalam sedihnya. Hingga membuat hatinya lemah, tekadnya meredup, rasa optimisnya menghilang, dan menghancurkan harapan. Apalagi, sampai membuatnya tidak mau bergerak, tidak ada ikhtiar untuk mengubah keadaannya menjadi insan yang bahagia.

Sebuah kesalahan, jika kesedihan menjadikan kita lemah untuk meraih ridha Tuhan, apalagi

membawa pada keputusasaan hingga membenci takdir-Nya. Tak perlu lama-lama memendam kesedihan dalam hati. Berdoa selalu agar kita kita senantiasa diberikan hati yang lapang, sabar yang tak terbatas dan ikhlas menerima.

Sesungguhnya, Allah melarang hamba-Nya larut dalam kesedihan. Firman-Nya,

> "Janganlah kamu bersikap lemah dan janganlah (pula) bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman."
> -QS Alī 'Imrān:139

Sebagai mahkluk dengan segala keterbatasan, apa yang penulis uraikan adalah bagian dari refleksinya memaknai kesedihan, apakah dia sudah selesai dengan kesedihannya? tidak juga! Dia hanya sedang berdamai dengan kesedihan. []

KESEDIHAN
DAN TAHAPAN-TAHAPANNYA

Nu'man Fauzi

"*… jangan bersedih atas apa yang hilang darimu*."

-Q.S. Al-Hadīd: 23

/1/

DUA kata kunci yang saya tangkap dari konsep Kesedihan yang dikemukakan oleh Ibn Sīnā adalah "terlalu cinta" dan "terlalu ingin". Saat yang tercinta hilang dan yang diinginkan tak kunjung datang, maka saat itu kesedihan menyelinap masuk ke ruang jiwa manusia. Hal itu faktual, dirasakan oleh –hampir— semua manusia yang pernah hidup di semesta raya ini.

Tingkat kecintaan kita terhadap sesuatu akan berbanding lurus dengan tingkat kesedihannya. Semakin kita cinta kepada kekasih hati, misalnya, maka akan semakin sedih pula saat ia tak ada lagi di samping kita. Entah karena ia pergi mengkhianati, atau pergi ditinggal mati. Dalam Sayap-sayap Patahnya, Kahlil Gibran menulis:

> "Kesedihan menghubungkan jiwanya dan jiwaku, seolah masing-masing-masing menyaksikan di wajah yang lain apa yang terasa di hati, serta mendengar gema suara yang bersembunyi. Tuhan telah menciptakan dua batang tubuh menjadi satu, dan perpisahan hanyalah akan berarti derita nestapa."

Bahagia saat dua jiwa dipersatukan, namun derita saat keduanya dipisahkan. Darinya, Ibn Sīnā menekankan satu postulat mengenai ketidakkekalan atau kenisbian objek cinta duniawi yang jadi penyebab kesedihan itu hadir: "Tak ada sesuatu pun yang dicintai oleh manusia di alam ini yang sifatnya kekal."

Mencintai sesuatu adalah sesuatu yang baik. Karena hal tersebut adalah fitrah seluruh makhluk yang ada di semesta ini. "Tidak ada satu pun makhluk yang ada di alam semesta ini –baik yang bernyawa ataupun tidak— yang luput dari genggaman cinta," begitulah kata Ibn Sīnā. Namun saat kita mencintai sesuatu dalam kadar yang berlebih, justeru hal itu menjadi suatu hal yang buruk. Apalagi, jika jiwa kita tidak mampu untuk menghadapi dan mengantisipasi saat yang dicintai berpisah darinya. Kesedihan dan penderitaan tentu menjadi sesuatu yang tak dapat terelakkan.

/2/

Kesedihan dalam diri seseorang memiliki tahapan-tahapan tertentu. Dalam bukunya berjudul *On Death and Dying* (1969), Elisabeth Kübler-Ross menyebutkan adanya lima tahapan dalam proses kesedihan (*grief*) yang menimpa seseorang, yaitu: *pertama* penolakan dan pembatasan diri (*denial and isolation*) yaitu rasa tidak percaya atas sesuatu yang hilang dari genggaman tangannya, padahal sesuatu tersebut merupakan suatu hal yang berharga dan sangat ia cintai. Sebagai contoh, ketika seorang anak ditinggal mati oleh ibu atau ayahnya, jiwanya akan melakukan penolakan atas fakta bahwa hal itu terjadi.

Kedua, marah (*anger*), yaitu ketika proses penolakan (*denial*) sedang berlangsung, kerap kali diiringi oleh rasa emosi kemarahan yang meluap-luap, dan tak jarang kemarahan tersebut dilampiaskan kepada sesuatu atau seseorang yang sebenarnya tidak ada hubungannya atas sebab kesedihan yang ia rasakan.

Ketiga, penawaran (*bargaining*) yaitu fase dimana seseorang yang sedang dilanda kesedihan melakukan kesepakatan antara dirinya dengan – katakalah— Tuhan. Di dalam dirinya semacam ada dialog imajiner mengenai pengandaian terhadap realitas yang sedang terjadi. Kübler-Ross

menyebut fase ini sangat singkat setelah fase penolakan dan kemarahan. Meskipun singkat, kata Kübler-Ross, namun fase ini setidaknya memberikan manfaat bagi seseorang yang sedang dilanda kesedihan yang sangat akut. Bentuk pengandaian yang dicontohkan oleh Kübler-Ross terkait kesedihan yang sedang dialami oleh orang yang sedang sekarat: "Jika Tuhan telah memutuskan untuk membawa kita dari bumi ini dan dia tidak menanggapi permintaan marah saya, mungkin Dia lebih suka jika kita meminta dengan cara yang lebih baik."

Keempat depresi (*depression*) yaitu fase dimana terjadi suasana hati yang terganggu; kehilangan *mood,* menghadirkan rasa tidak peduli, putus harapan, dan perasaan diri yang tidak lagi berarti atau berharga. Dalam konteks kesedihan, Kübler-Ross membagi depresi ke dalam dua jenis yaitu depresi reaktif (*reactive depression*) dan depresi persiapan (*preparatory depression*). Jenis depresi pertama merupakan reaksi atas kenyataan pahit yang terjadi, di mana ia akan lebih banyak mengemukakan apa yang sedang ia rasakan dengan cara yang emosional; sedangkan depresi jenis kedua diekspresikan dengan cara diam.

Kelima, penerimaan (*acceptance*) yaitu fase di mana seseorang yang sedang dilanda kesedihan tersebut harus dapat berdamai dengan keadaan, ia

harus dapat menerima dengan penuh kesadaran dan keikhlasan bahwa apa yang benar-benar ia cintai telah hilang dari genggaman. Kübler-Ross menyebut bahwa fase penerimaan tidak boleh disalahartikan sebagai satu tahap kebahagiaan, melainkan suatu perasaan yang kosong. Sekali lagi, fase penerimaan adalah fase dimana seseorang harus menerima garis takdir dan berdamai dengan keadaan.

Proses kelima ini hampir mirip dengan apa yang dikemukakan oleh Ibn Sīnā dalam risalah tentang Kesedihan-nya:

> "Demikian halnya, seseorang hendaknya sadar seraya membayangkan bahwa jika ia mesti meratapi sesatu maka ia selamanya pasti bakal sedih. Kenapa? Karena dalam keseharian dan kehidupannya, tak ada situasi lain kecuali ia kehilangan maupun melewatkan sesuatu yang dicintainya, apa pun itu. Maka semestinya ia tidak bersedih. Semetinya ia menerima semua keadaan yang ia alami supaya ia terhindar dari pedihnya kesedihan."

Dari kelima tahapan tersebut, David Kessler melalui bukunya berjudul *Finding Meaning* menambah satu tahapan lagi, yaitu pemaknaan (*meaning*). Seseorang yang sedang dilanda

kesedihan harus dapat mencari dan menemukan makna dari apa yang sedang terjadi dan kesedihan yang sedang ia rasakan. Mencari arti atau makna dari kesedihan dan keputus-asaan memang tidaklah mudah. Namun kata Kessler: "menemukan makna dalam kehilangan memberdayakan kita untuk dapat menemukan jalan ke depan. Makna membantu kita memahami kesedihan."

/3/

Demikianlah uraian tentang kesedihan dan tahapan-tahapannya. Kesedihan tidak bisa dihindari selama kita masih berjalan di atas roda takdir kehidupan ini. yang terpenting adalah bagaimana kita dapat bangkit dari kesedihan tersebut seraya mencari dan menemukan makna terbaik supaya kehidupan ke depannya berjalan dengan lebih baik dan bermakna. []

PUNCAK KESEDIHAN

Ahmad Fauzan Baihaqi

MENULIS sebuah tajuk kesedihan yang berkiblat pada Ibn Sīnā tentang makna kesedihan adalah sebuah kesenangan tersendiri, apalagi dalam keterhubungan dengan judul kesedihan dan kebahagiaan. Sedih merupakan sebuah kondisi fitrah yang setiap manusia pernah merasakannya. Rasa sedih seringkali muncul disebabkan karena seseorang berhadapan dengan keadaan atau situasi yang mengecewakan, kehilangan, atau ketidakberdayaan akan sesuatu.

Kesedihan pada umumnya digambarkan dengan sebuah perasaan sedih; duka cita; dan kesusahan hati. Saat merasa sedih, seseorang akan menjadi lebih pendiam, kurang bersemangat dan menarik diri. Kesedihan juga dapat dipandang sebagai penurunan suasana hati sementara. Ketiga istilah tersebut, istilah pertama adalah yang paling banyak disebutkan di dalam al-Qur`an. Istilah al-*ḥuzn/al-ḥazn* sering muncul dalam konteks

sesuatu yang dilarang atau dinafikan. Hal ini menggambarkan bahwa kesedihan itu adalah sesuatu yang harus dijauhi sebagaimana yang sering dijelaskan dalam ilmu psikologi bahwa kesedihan memang harus dijauhkan.

Kesedihan dalam kitab suci melalui ayat-ayat *ḥazan* dalam tiga kategori. *Pertama*, kesedihan yang hadir dalam konteks larangan (menggunakan *lā nahī*). Menggambarkan tentang hal-hal yang berkaitan dengan keduniawian yang tidak perlu disedihkan. Beberapa hal tersebut diantaranya adalah kekafiran kaum musyrikin atau penolakan mereka terhadap ajakan dakwah, perkataan atau hinaan orang-orang kafir, kesulitan atau ujian yang menimpa, kesusahan, dan hilang atau perginya seseorang yang dicintai.

Kedua, kesedihan yang hadir dalam konteks penafian (menggunakan *lā nafī*). Menggambarkan tentang tidak adanya kesedihan sama sekali di kehidupan akhirat kelak. Mereka yang terbebas dari kesedihan tersebut yaitu orang-orang yang mengikuti petunjuk Allah, orang-orang yang beriman dan beramal shaleh, orang-orang yang menginfakkan hartanya dengan ikhlas, orang-orang yang bertakwa, orang-orang yang tawakkal kepada Allah, orang- orang yang istiqomah dalam

tauhid, mereka para penghuni surga, mereka para syuhada, dan mereka wali-wali Allah. *Ketiga*, kesedihan yang hadir tidak dalam konteks larangan dan penafian (tidak menggunakan *lā nahī* dan *lā nafī*).

Menggambarkan tentang kesedihan yang tidak dilarang dalam al-Qur`an. Kesedihan tersebut adalah kesedihan yang disebabkan oleh kehilangan sesuatu atau seseorang yang dicintai, dan kesedihan lantaran tidak berkemampuan untuk berbuat baik. Dalam point ini, digambarkan juga tiga solusi untuk menghadapi kesedihan, yaitu dengan mengadukan kesedihan yang dirasa pada Allah, menangis, dan Allah-lah yang akan menghilangkan duka cita atau kesedihan dalam diri seseorang.

Puncak Kesedihan

Berulang kali manusia diperlihatkan dengan keadaaan kebahagiaan dalam meraih sesuatu, dalam sejarah kebahagiaan adalah soal kemenangan dalam ekspansi kemenangan, namun dianggap kebahagiaan semu dalam Sejarah imperium, namun menafikkan kemanusiaan. Hal ini yang dianggap Antonio Gramsci penindasan hegemoni secara politik dan kultural dan menjauhkan rasa kemanusiaan

Belajar memahami makna hidup yang sebenarnya melihat puncak kesedihan seseorang Ketika dia mencapai sesuatu yang sebenarnya membuat seseorang berbahagia. Paradoksal Puncak kesedihan adalah kebahagiaan melihat subjek dalam mencapai sebuah tujuan utama kehidupan untuk dapat mendekatkan diri kepada yang immaterial dalam keadaan fisik subjek seseorang tersebut mengalami kesedihan, namun sebenarnya apa yang dia dapatkan adalah sebuah kebahagiaan yang hakiki serta mendalam.

Sedangkan dalam pengertian secara umum kebahagiaan merupakan kebutuhan asasi umat manusia. Banyak persepsi soal kebahagian. Sebagiannya sangat berorientasi pada duniawi. Sebagiannya ukhrawi, tak sedikit bahkan nihil orientasi. Dalam tradisi Islam, kebahagiaan pada dasarnya merujuk pada salah satu kata dalam bahasa Arab yang disebut *sa'adah*. *Sa'adah* adalah kata bentukan dari suku kata *sa'ada*, yang berarti bahagia. Jika kita mengingat tokoh Tasawuf Imam Al-Ghazālī puncak kebahagiaan manusia adalah jika ia berhasil mencapai tahap makrifat, telah mengenal Allah SWT.

Ketahuilah, katanya, kebahagiaan datang bila kita merasakan nikmat dan kesenangan. Kesenangan

mata ialah melihat rupa yang indah. Kenikmatan telinga mendengar suara yang merdu. Demikian pula semua anggota tubuh yang lain dari tubuh manusia. Adapun kenikmatan hati ialah teguh makrifat kepada Allah. Hati itu dijadikan untuk mengingat Tuhan. []

MSA
ARIFIN
YOUTUBE CHANNEL

M.S. ARIFIN

TENTANG PENULIS

M.S. ARIFIN – Lahir di Demak 25 Desember 1991. Seorang penyair, esais, penerjemah, pegiat literasi, dan penulis filsafat. Bukunya yang sudah terbit: Sembilan Mimpi Sebelum Masehi (antologi puisi, Basabasi, 2019), Mutu Manikam Filsafat Iluminasi (terjemahan karya Suhrawardi, Circa, 2019), dan Tentang Cinta (terjemahan karya Ibn Sīnā, Circa, 2021).

Bisa dihubungi lewat: ms.'Ārifin12@gmail.com.

SYIHABUL FURQON (Syihabul Hajj) – Lahir di Sumedang 6 Maret 1992. Alumnus Aqidah Filsafat UIN Sunan Gunung Djati Bandung dan Pasca Sarjana UIN Bandung, bidang *Religious Studies*. Telah Menerjemahkan *Langit Ketujuh* (Trubadur, 2018) karya Naguib Mahfouz, *Fi Al-Falsafah Al-Ula* (Filsafat Pertama) Al-Kindi (Yayasan Al-Ma'aarij Darmaraja, 2021), *Fi Al-Jabr Wa Al-Muqabala* (Ihwal Al-Jabar dan Persamaan) Umar Khayyam (Values Institut, 2019) dan novel *The Pearl* karya John Steinbeck (Marim, 2020).

Bermukim di Lingga Buana, Pusat Data dan Analisa Pon-Pes Al-Ma'aarij, Darmaraja, Sumedang, sambil berburu jamur, mengurus kebun, budidaya lebah, dan mencabuti gulma di sekitar rumah. Kini sedang menempuh doktoral di UIN Bandung, konsentrasi Filsafat Agama.

DANI RAMDANI – Lahir di Tasikmalaya 12 April 1991. Seorang sarjana filsafat lulusan Fakultas Ushuluddin UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Sedang melanjutkan studi S2 di universitas yang sama dengan judul penelitian Tesis: Doktrin Cinta dalam Mistisisme Ibn Sīnā.

Beberapa karya tulisan: Penulis Buku Risalah Pengetahuan Ibn Sīnā: Perjuangan HMI di Tengah Arus Kepemimpinan Nasional; Tim Penulis Prabowo untuk Indonesia Raya; Tim Penulis Buku Pak JK dan Anak Muda; Tim Penulis Buku Mesjid Milenial; Tim Penulis Buku Bhayangkara 4 Wajah; Editor Buku Etika Kepemimpinan dalam Islam; Edior Buku Legislasi Hukum Perdata Islam di Indonesia: Studi Pemikiran Bustanul Arifin; Editor Buku Risalah Kalam Tuhan: Studi Pemikiran Fazlur Rahman; Edior Buku Harmoni dalam Kebhinnekaan; Edior Buku Filsafat Cinta dari Ranah Minang; Edior Buku Indahnya Toleransi di Tanah Sultan; Editor

Buku Naskah-Naskah Perjuangan HMI; Editor Buku Membangun Budaya Organisasi; Penyunting Buku Dipeluk Langit: Sekumpul Kisah Kenangan tentang Mulyadi P. Tamsir yang Terbang menuju Keabadian; Editor Buku Relasi Maqasid al-Syari'ah dan HAM: Studi Pemikiran Abdul Majid al-Najjar; Editor Buku: Strategi Pelayanan Publik; Studi Kasus PDAM Tirta Kerta Raharja Kabupaten Tangerang.

RIAN WAHYUDIN – Lahir di Tasikmalaya 28 Oktober 1993. Alumnus Sejarah dan Peradaban Islam UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Pernah menjabat sebagai Presiden Himpunan Mahasiswa Jurusan SPI periode 2015. Tahun berikutnya dipercaya untuk menjabat Presiden Dewan Eksekutif Mahasiswa Fakultas Adab dan Humaniora periode 2016. Content Writer di majalah pariwisata Travel Club Eljohn Indonesia 2019. Editor Buku Membangun Budaya organisasi dan penyunting Buku Starategi Pelayanan Publik (Studi Kasus PDAM Tirta Kerta Raharja Kabupaten Tangerang). Penulis di beberapa media online dan cetak.

LINA SOBARIYAH – Penikmat lemon tea dan soto ceker Kertamukti ini lahir dan besar di Cilegon 05 Agustus 1994. Selepas Sekolah

Menengah Atas, ia memilih Ciputat sebagai destinasi intelektualitasnya sampai sekarang. Menambatkan jiwa dan pikirnya pada jurusan Aqidah dan Filsafat Islam UIN Jakarta yang membuat ia makin jatuh cinta pada ilmu pengetahuan. Ia bukan termasuk mahasiswa dengan prestasi akademik yang memukau, namun tidak begitu sulit baginya untuk menyelesaikan studi dengan rapih. Ia gemar kesana-kemari, mengunjungi beberapa pelosok daerah dalam misi kemanusiaan (relawan kebencanaan), yang tugasnya sebagai penulis laporan perjalanan.

Terlepas dari keasyikannya dalam dunia kerelawanan, minatnya akan ilmu pengetahuan tak pernah pudar, tanpa jeda dan tanpa pikir panjang, kuliah strata 2 ia jabani dengan mengambil konsentrasi Antopologi dan Sosiologi Agama Sekolah Pascasarjana UIN Jakarta, rampung pula tepat pada waktunya. Pada kuliah lanjutannya ini, keseriusannya dalam kajian antopologi menghasilkan buku keduanya yang bermula dari tesis dengan judul Tradisi, Gender dan Islam: Identitas Perempuan di Antara Budaya dan Agama (Penerbit KBM Indonesia, 2020).

Buku pertamanya merupakan kumpulan sajak dari tulisan-tulisan dalam blog-nya yang terhimpun

dari tahun 2014 sampai sekarang dengan judul "Apa Kabar Lembah Mandalawangi?" (Desanta Muliavisitama, 2020). Selepas itu, ia jadi kerap menulis artikel ilmiah yang berkolaborasi dengan beberapa penulis lain diantaranya, Islamic Relations, Local Tradition (Nahdlatul Ulama, Muhammadiyah, and The Ethnic Baduy) and Their Effects on Religious Life Patterns In Indonesia (EJRSS, 2020), Bendrong Lesung In A Vortex Of Piety Movement In Banten (Al-Tahrir, 2020), Harmonization of Culture and Religion: Comparison of Baduy and Nahdlatul Ulama Traditions (Al-Ulum, 2020), serta menjadi penulis opini di beberapa media independen dan beberapa surat kabar lokal lainnya.

SULAIMAN – Lahir di Pamekasan, 2 April 1989. Lulusan Sosiologi, UIN Syarif Hidayatullah Ciputat. Saat ini, tinggal di pojok Legoso, Ciputat, mengisi hari-hari dengan menulis cerita pendek, menghidupi media kecil remeh-temeh rontal.id bersama kawan-kawan, & mengisi "Catatan Kerikil" (blog pribadi). Aktifitas lainnya, ngopi dan sesekali nimbrung di penulisan buku-buku yang dinahkodai Dani Ramdani, NDPers HMI Ciputat.

AHMAD ALI FIKRI – Lahir di Jember, 17 Juli 1993. Alumnus Pesantren Al-Falah Jember dan Al-Amien Prenduan. Saat ini merupakan Mahasiswa Pascasarjana di Sekolah Pascasarjana UIN Jakarta Konsentrasi Tafsir. Tinggal dan menetap di Sukabumi. Aktivitas sehari-hari adalah menemani santri mengkaji kitab turats Islam di Ponpes Assalafiyyah 2 Sukabumi. Aktivitas lainnya, menemani istri masak dan bersih-bersih rumah atau saat ada waktu luang sesekali menikmati kopi hitam dan ngobrol bersama teman-teman Fata Institute (FINS) di Ciputat.

ANNALIA BAHAR – Perempuan berdarah bugis yang lahir di Kendari, 7 September 1993. Setelah menyelesaikan sekolah Menegah Atas, memilih merantau ke Jakarta dan melanjutkan Pendidikan di Fakultas Ushuluddin dengan mengambil jurusan Tafsir al-Quran. Aktivitasnya sebagai mahasiswa banyak dihabiskan di lingkup organisasi dan pernah menjadi Ketua Umum Kohati Ciputat (Organisasi Perempuan milik HMI) hingga saat ini masih fokus pada isu-isu perempuan.

Tentang dunia kepenulisan, Anna banyak menulis dibalik layar. Termasuk aktif sebagai *Content*

Creator di sejumlah instansi. Isu terbaru yang ditekuninya adalah menyuarakan potret Papua di dunia Internasional, jika ingin berkenalan dengan pemikirannya tentang Papua, kalian bisa berkunjung di salah satu platform/website https://wawawajournal.medium.com/. Selain itu, Anna sekarang sedang mengembangkan sebuah platform media *Logeeka.id* yang fokus pada branding/campign media sosial.

Jika ingin berkolaborasi, kamu bisa berkontak dengannya melalui gmail annabahar3@gmail.com atau main ke Pojok Inspirasi Ushuluddin (Piush) – rumah keduanya di perantauan.

FARDIANA FIKRIA QUR'ANY - Ibu dari tiga anak ini, kelahiran Jakarta 14 Februari 1989. Alumnus Pesantren Darunnajah Jakarta dan SMA Plus Muthahhari Bandung. Saat ini merupakan Mahasiswa Doktor di Sekolah Pascasarjana UIN Jakarta, Konsentrasi Filsafat Islam. Saat ini menjadi Koordinator Jaringan Aktivis Filsafat Islam utk wilayah Jakarta sekaligus Dosen Filsafat Islam di Fakultas Sains dan Teknologi (FST) UIN Jakarta. Aktivitas lainnya, menggagas kurikulum homescholling untuk anak-anaknya juga membantu usaha kuliner online suaminya di Barat Jakarta.

DEDY IBMAR – Pria kelahiran Tembilahan Riau 04 Oktober 1995 ini adalah seorang lulusan program studi Filsafat UIN Jakarta. Meneruskan studi pascasarjana di Ural Federal University, Rusia. Penulis buku "Tuhan dan Ruang" serta "Tuhan yang Berfikir". Juga penerjemah buku karya Quentin Meillassoux dengan judul "Setelah Keterhinggaan" yang diterbitkan oleh Penerbit Basa Basi.

NU'MAN FAUZI – Pria kelahiran Pandeglang 10 Oktober 1987 ini merupakan alumni Himpunan Mahasiswa Islam (HMI) dan sampai sekarang aktif sebagai aktivis di Konfederasi Serikat Pekerja Indonesia (KSPI).

AHMAD FAUZAN BAIHAQI – Lahir di Jakarta 25 Februari 1991. Menamatkan S1 di Fakultas Adab dan Humaniora UIN Syarif Hidayatullah Jakarta dan melanjutkan S2 di almamater yang sama. Menulis buku berjudul Penyelenggaraan Ibadah Haji Hindia Belanda; Sejak Liberalisasi hingga Depresi Ekonomi.

Lingkar Studi Filsafat
nahdliyyin

Ibn Sina

Tentang Kesedihan

Kesedihan dan keinginan adalah dua hal yang bersifat parenial. Tidak sekarang tidak juga ribuan tahun yang lalu kontennya tetap sama. Di masa ini, kita hanya menghadapi konteks yang berbeda. Informasi berjubel tiap kita membuka medsos, kebanyakan berisi pertunjukan yang membuat kita galau, sedih, merasa belum mapan. Itu gejala purba dengan surah yang berbeda, bentuknya lebih bervariatif.

Ibn Sina menawarkan kepada insan milenial untuk kembali kepada akal sehat. Berpikir adalah jalan utamanya. Bagaimana caranya? Caranya adalah dengan meletakkan kembali pencapaian material orang lain sebagai pencapaian duniawi serta menyadari bahwa tak ada seorang pun yang tidak dijerat keinginan duniawi. Artinya, tiap orang yang pamer duniawi di hadapan kita sama-sama dijerat kesedihan karena apa yang sekarang ada di tangannya adalah sesuatu yang pasti lenyap. Lenyapnya objek cinta duniawi berbanding lurus dengan lenyapnya kebahagiaan.

YAYASAN AL-MA'AARIJ
DARMARAJA

ISBN 978-623-94932-6-4
9 786239 493264